蝴蝶网 hudie.com
杂志迷 zazhimi.com

秋は、強めに生まれかわる!!

Nicole Abe

Aya Suzuki

Rika Mamiya

蝴蝶网
hudie.com

スタジャンは争奪戦必至!

毎年完売のスタジャンがレザー素材になって今季も登場!! ワッペンフードスタジャン9345円、ラグランフードロンT3675円、サスペ付チェックパンツ6195円、ネックレス1575円、ニット帽2625円/以上ジュリアーノジュリ パンプス7245円/R&E渋谷109店

旬アイテムばかりの3点SET!

この秋のマストアイテムばかりが組み合わさった、まさに"神"なセットもの! 強めスタイル初心者でも難なく着こなせる☆ チェックシャツ×ベスト×ハットSET6195円、エンジニアブーツ8295円/ともにジュリアーノジュリ

ちょいSEXYなプレッピー♥

秋注目のシャツ×ニットカーデのレイヤードがこれ1枚で完成しちゃう! プレッピーでちょっぴりセクシーっていう欲張りスタイルにミーハーりかちゅうもラブ♥ シャツ付ニットワンピ5145円/ジュリアーノジュリ ブーツ1万1340円/R&E渋谷109店

JURIANOJURRIE

ジュリアーノジュリ

杂志迷
zazhimi.com

憧れの強めスタイルがこの秋はとにかく大ブームの予感。なんとしてもトライしたいし着こなしたい!
初心者でも浮いて見えずに着られて、リアルプライスで GET できて、さらにスタイルよく見えればいいのに……ってそんな欲張りな願望をかなえるブランドがあった!! R's も大注目の「ジュリアーノジュリ」で作る強めスタイル入門、スタート!!

Photo / Norikazu Hashimoto (f-me) Styling / Ryoko Suganami Hair&Make / YUZUKO Design / Tomomi Hashiba (ma-h gra) Cooperation / BACKGROUNDS FACTORY、EASE、PROPS NOW

今年こそGETなライダース

ちょっと難しい……って避けてたコもこんなフードつきならいかが!? ラフなショーパンを合わせてカジュアルに☆

(右)フードライダース8295円、バックレース付ロンT3045円、デニムショーパン5145円／すべてジュリアーノジュリ ブーツ5145円／ラグジーガール(サルース新宿マルイカレン店)
(左)スタジャン9345円／ジュリアーノジュリ

タフに着こなすサロペ☆

すず×サロペの黄金コンビだって秋は強めに進化☆ カギはユーズドっぽい質感のサロペとモノトーンの小物たち。

サロペット8295円、ロゴロンT3045円、ギンガムストール1995円、かぎあみベレー帽2625円、スタッズボストンバッグ7245円／すべてジュリアーノジュリ パンプス3150円／ラグジーガール(サルース新宿マルイカレン店)

男のコ×女のコ[illegible]強めVer.

みんなが注目してるMIXス[illegible]イルだって強めにアレンジ! 美脚パンツを味方につければ[illegible]すんなりハマるよ!!

[illegible]4095円、[illegible]パンツ6195円／ともにジュリアーノジュリ パンプス7245円／R&E渋谷109店

蝴蝶図 hudie.com

憧れのファーコートデビュー☆

いつかは着こなしたいひょう柄のファーコート。ショート丈&ダッフル型なら初トライでもこなれて見えるよ!

ひょう柄ファーコート8295円、無地ロンT1995円、クラッシュボーイズパンツ7245円／すべてジュリアーノジュリ パンプス4095円／ラグジーガール(サルース新宿マルイカレン店)

ニコルの新"背伸び"コーデ

セクシーワンピで"背伸び"はニコるんの定番! 秋意識でファーマフラープラスするってのもカワイイ♥

チェックオフショルワンピ5145円、ファーティペット5145円／ジュリアーノジュリ ブーツ1万290円／R&E渋谷109店

欲望が全部叶うワンピ見っけ☆

チェックのえりつきで難易度の高い重ね着がテクいらずでできちゃう!! サイドとすその着やせディテールもうれしい♪

ロゴパーカーワンピ5145円、バッグ7245円、スタッズ付ベレー帽3045円／すべてジュリアーノジュリ ブーツ1万1340円／R&E渋谷109店

BIG NEWS!!

すず&ニコるんコラボのセットアイテム作っちゃう!!

右ページですずが着てるチェックシャツ×ベスト×ハットのセットアイテム。なんと、すずバージョン&ニコるんバージョンを作ることが決定!! すず&ニコるんが実際に生地&カラーを選んだよ♪ 2人の個性が光るコラボセットの詳しい内容は次号で大発表!! お楽しみに☆

SHOP LIST

- 新宿 ALTA 2F
- 池袋 ALTA 1F
- 上野 ABAB 2F
- 横浜 VIVRE 1F
- 高崎 Montres 2F
- 新潟 ALTA 2F
- 町田 109 2F
- 郡山 ATI B1F
- 天神 CORE B2F
- 名古屋丸栄 3F
- 仙台 FORUS 8F
- 三宮 VIVRE 4F
- 広島サンモール 1F

ホームページはコチラ! http://juriano.jp (モバイル共通)

お問い合わせ ジュリアーノジュリ ☎03-5728-8346

すず&ニコるんが名古屋店に来るよ!

10/11(日)、名古屋 丸栄店にすず&ニコるんが来店するよ!! ※お買い上げいただいたお客様と記念撮影会を開催! カメラはお客様でご持参下さい。
第1部13:30~ 第2部16:00~
詳細はジュリアーノHP (http://juriano.jp) まで!!

杂志迷 zazhimi.com

BLEA女子高等部の情報満載!!
ケータイサイトもあります!!
http://www.blea.jp/i/
BLEA女子高等部メルマガ開始!
メルマガ会員だけの
限定情報満載!!
空メールを送ってね☆
mag@blea.jp
1年生
安部　ニコル
転校生・編入生を
随時受け付けています!!
渋谷系ファッションはブレアでしか学べません!!
流行の最先端『渋谷』でセンスを磨こう!!
Fashion Course
ファッションコース
Nail Art Pro Course
ネイルアートプロコース
Hair & Make Up Course
ヘアメイクアップコース
Dance Course
ダンスコース
ファッション・ネイル・メイクの資格を取得できる高校
ブレア女子高等部
BLEA
Business Life Education Academy
やっと見つけた私の高校生活!!
普通高校からの転校・編入も受け付けています。BLEA女子高等部は高校卒業資格を取得できる学校です。
BLEAの特色 ……1. 私服通学可　2. プロレベルの専門教育　3. 学生寮完備　4. 就職サポートの充実　5. 渋谷駅徒歩4分
BLEA女子高等部
INFORMATION
無料学校案内
パンフレットがもらえるよ!!
資料請求・お問い合わせはコチラ
TEL 03-5468-0730
FAX 03-5468-0713
URL www.blea.jp
E-mail ask@blea.jp
メールでの資料請求は
① 件名に「資料請求ランズキ09」と入力
② 氏名・郵便番号・住所・電話番号・年齢・学年(職業)・興味のあるコースを本文に入力
③「ask@blea.jp」に送信
※ファックスによる資料請求も同様の必要事項をお書きの上送信してください。
説明会日程 15:00～
'09 9/26(土)
'09 10/3(土)
'09 10/17(土)
説明会のご予約・お問い合わせは、お電話にて受付けています。
★上記日程以外にも個別で受け付けております。お気軽にご連絡ください。
BLEAでは資料請求をされた方に、入学勧誘(入学相談、説明会、体験セミナー、来校勧誘等)の目的でお電話することはありません。
ブレア女子高等部
〒150-0002

スタイリスト

毎月**新着アイテム**をウチらが試着してきます♥

R'sのブランド展示会におじゃま～blog

VOL.2

今月のスタイリストは
ありちゃん

鎌田 安里紗チャン（都立国際高校2年・17歳）

PROFILE

やっと少しRanzukiに慣れてきました♪ でも、Ranzuki、学校、SHOP店員の3つをかけもちしてるから休みの日が無いの一（泣）。

**R'sたちがスタイリストになりきって
色んなブランドの展示会におじゃましちゃう人気ブログ第2回！
今月は新人R'sありちゃんが、秋冬の流行をチェックしてきたよ!!
しっかり読んでお買い物の参考にしてね～♪**

Photos／MODEL:Tamotsu Nakamura<f-me>
ITEM:SHOW-JU<BUNKASHA>
Styling／Ryoko Suganami
Design／Tomomi Hashiba<ma-h gra>
※この特集に掲載された商品のお問い合せ先は、P.153にあります。
特にクレジット表記のないものはすべてモデル私物です。

9/1 TUE

ミツマル ヘブンアンドアースのベロア素材オールインワンはラクチンなのにカッコイイ☆

「ベロア素材で高級感があるので、Tシャツと合わせてカジュアルに着るのがオススメ♪」（プレス野口さん）

カラーは2パターン♥

グレーだと少し優しい印象に。オールインワン6195円／ミツマルヘブンアンドアース渋谷109店

試着コメント
2009-09-01 TUE
サロペットってラクチンだから好き♪ 秋はベロア素材でカッコイイ系を目指そうかな★

オールインワン6195円、ロンT4515円、ボーダーキャップ4095円／すべてミツマルヘブンアンドアース渋谷109店　ブーティー7980円／エスペランサ渋谷109店

9/5 SAT

SBYのボアつきサボがもこもこで超カワイイ♥

「秋にぴったりなニット素材で、minimyらしく細部までこだわったデザインです！」（プレス柴垣さん）

サボ5145円／minimiy（SBY渋谷109店）　トレーナー4900円／ココルル　ニットショーパン4935円／レイブロッサ　クラリティ プレスルーム

こっちは黒に星柄だよ！

黒がベースだと少しオトナっぽく見えるね。サボ5145円／minimiy（SBY 渋谷109店）

試着コメント
2009-09-05 SAT
もこもこしてて超カワイイんだ(´ω`)♪ ヒールが高いからスタイル良く見えるはず！

©Disney

9/18 FRI

ヴァンキッシュのアリスアイテムに萌え～(笑)

「女の子ならみんな大好き！ 不思議の国のアリスのアイテムをたくさん用意してます！」（プレス高相さん）

試着コメント
2009-09-18 FRI
ヴァンキッシュからアリスアイテムが出てたよ。カワイすぎて萌えちゃった～(笑)♥

ロン T4725円、デニムショーパン 9240円／ともにヴァンキッシュ（せーの）　ムートンブーツ 3990円／ランダ（神戸RANDA原宿店）　ニット帽／スタイリスト私物

他にもこんなアイテムが♪

チシャ猫のプリントが個性的！ ロンT4725円／ヴァンキッシュ（せーの）

アリス好きにはたまらない1着。スウェットワンピ7875円／ヴァンキッシュ（せーの）

9/9 WED

秋冬の**パックスは****キャスケット**がイチ押しなんだって！

「ハットに続き今季はキャスケットもオススメです。メンズライクに着こなしてくださいね」（プレス合谷さん）

キャスケット（左・カーキ）4095円、(中・ボーダー）4095円、(右・黒）4095円、ベストつきTシャツ6195円／すべてパックス（ギルドコーポレーション）

試着コメント
2009-09-09 WED
パックスって、だてメガネをハヤらせたんでしょ？ キャスケットもハヤるのかな～!?

9/21 MON

GILFYのミリタリーブルゾンはファーつきで超ゴージャス!!

「ゴージャスなファーが存在感大。とっても暖かいし、ファーが取り外せるので実用性も◎」（プレス合谷さん）

試着コメント
2009-09-21 MON
今ミリタリーブルゾンをねらってるの！ GILFYのはファーがついてゴージャスだから目立てる★

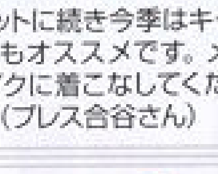
N-3B1万4490円、デニムショーパン9345円、ブーツ1万5540円／すべてGILFY（ギルドコーポレーション）

9/13 SUN

ミニ ブルジョワのカラー エキサイティング アイライナーはクオリティが高いのにプチプラでお得♪

「プチサイズの繰り出し式だから、とても使いやすいですよ。ぜんぶで 18 色展開です♪」（プレス宮嵜さん）

ZOOM-UP!



カラーエキサイティングアイライナー #01ブラック472円／ブルジョワ　Tシャツ×キャミセット6095円／JSG

パッケージもカワイイ♪

（左から）カラーエキサイティングアイライナー #09ゴールデングリーンブラック、#13シルバーブルー、#15フューシャーピンク、#12ターコイズ各472円／すべてブルジョワ

試用コメント
2009-09-13 SUN
472円って安すぎ！ ソフトな書き心地だから粘膜にラインを入れるのに便利なんだ～!!

9/15 TUE

BLUE MOON BLUEのデニムがカワイイ箱に入ってるってマジ!?

「ヴィンテージ感のあるオシャレなダンボールボックス入りです。デニム自体ももちろんカワイイですよ」（プレス紅林さん）

この箱に入ってるんだ☆

試着コメント
2009-09-15 TUE
箱に入ってると、なんか大切にしようって思うよね(´ω`)♥ 箱は小物入れに使えそう♪

デニムパンツ1万290円、Tシャツ×ボーダーロンTセット4410円、キャップ3045円／すべてBLUE MOOM BLUE渋谷109店　スニーカー5565円／コンバースインフォメーションセンター

Model : Maya Mori
東京 | 大阪 | 横浜 | 名古屋 | 福岡 Vantan
100%現場のプロが教えるデザインスクール、バンタンデザイン研究所
2010年4月生 入学願書受付中！
全日制コース
2or3年制／週5日・フルサポートカリキュラム
キャリアコース
1年制／週3日・再進学対応
DSコース
1年or6ヶ月制／週1日・ダブルスクール対応
その他ファッション&ビューティに特化したコースがたくさん！
横浜校限定！
ランジェリーデザイナー
ゴージャスでセクシーなスタイルを提案！
ヘアメイクアーティスト
TVや雑誌で憧れのモデルやタレントを演出！
ビューティアドバイザー
コスメティックブランドの美のシンボル！
ヘアスタイリスト
トレンドを先読みしたヘアスタイルを提案！
ウェディングプランナー
ステキな花嫁と結婚式をプロデュース！
ファッションデザイナー
ガールズトレンドをリードする！
ファッションスタイリスト
スタイリスト輩出実績No.1
ファッション雑誌やTVでセンスを発揮！
バンタン各校舎&全国各地で
スクールガイダンス開催中！
★9/26（土）〜10/23（金）
東京・大阪・横浜・名古屋・福岡（各校舎で開催）
★9/26（土）広島・熊本
★9/27（日）郡山・新潟・広島・鹿児島
自分のブランドを持つファッションプロデューサーが憧れ！
雑誌やメディアで活躍するカリスマSHOP店員になりたい！
雑誌で注目されるモデルみたいにキレイになりたい！
憧れのガールズブランドで活躍するプロを養成
GIRLS FASHION
ガールズスタイルプロデューサー course
ガールズスタイルディレクター course
新・パンフレット 無料 でお届け！
QRコードからケータイへかんたんアクセス
※お急ぎの場合は、下記校舎フリーダイヤルまで、ご連絡ください。
東京 恵比寿本校 セッションタワー 0120-03-4775 〒150-0021 東京都渋谷区恵比寿西1-3-4
大阪 大阪本校 Cキューブ 大阪本校 ANNEX 0120-757-333 〒542-0086 大阪府大阪市中央区西心斎橋2-8-5 〒542-0086 大阪府大阪市中央区西心斎橋1-5-5
渋谷校 ディレクターズスタジオ 0120-03-4775 〒150-0041 東京都渋谷区神南1-18-2
横浜校 0120-324-253 〒231-0002 神奈川県横浜市中区海岸通4-24
名古屋校 0120-801-312 〒460-0008 愛知県名古屋市中区栄3-8-5
福岡キャナルシティ校 0120-067-455 〒812-0018 福岡県福岡市博多区住吉1-2-25
http://vantan.com
100%現場のプロが教えるデザインスクール
バンタンデザイン研究所 Vantan

すずが見つけたアイテム

こーんないいもの、
あるんだよ!!

毎月すずが出逢ったステキアイテムたちを紹介するこのコーナー。今月は、なんと！　すずが私服で紹介したところ大反響だったあのアイテムがすずバージョンで登場しちゃいます!!

Photo／Norikazu Hashimoto (f-me)　Styling／Ryoko Suganami
Hair&Make／YUZUKO　Design／Eri Nakashima (ma-h gra)
※この特集に掲載された商品のお問い合わせ先はP.153にあります。
特にクレジット表記のないものはすべてモデル私物です。

09 List

ピンク色に染まったサロペ
ちょっぴり女のコ度高め♥

夏に完売したヴァンキッシュのサロペをすずバージョンで作ってもらっちゃった～♪

最近お気に入りのおしゃれなブランド、ヴァンキッシュ☆　そこの白サロペはあやもすっごく好きでた～くさんこの夏着たんだ♪　そのサロペットはもう完売して買えないみたいなんだけど、あやバージョンになって限定復活することになったの!!　実際に生地からあやが選んだんだよ☆　秋らしくコーデュロイ素材にして、色は大好きなベビーピンク!　パステルブルーのステッチがポイントで入ってマス♥　Ranzuki読者限定の販売だから、欲しいってコは下の購入券を持ってお店へGO～☆

こちらが完売した白サロペ!!

すずバージョンはピンク&コーデュロイに!

鈴木あやチャン
(19歳)
すずコラボサロペット1万3440円、Tシャツ3990円、MIXニットマフラー参考商品／すべてヴァンキッシュ（せーの）、パンプス4935円／ワンダ（RANDA）

※実際の商品は胸ポケットと腰ポケットに水色のステッチが入ります。また、色味が異なる場合がございます。ご了承ください。

ヴァンキッシュ×すず
コラボサロペット購入券

ヴァンキッシュ渋谷109店で購入できます。
この購入券をハサミで切りとってお店の人に渡してね！

有効期限 2009年10月31日(土)　Ranzuki 11月号

杂志迷
zazhimi.com
蝴蝶网
hudie.com

新設!! 雑誌モデルコース!!
2010年4月期
入学願書受付中!!
※詳しくは無料学校案内パンフにて!!
ファッション・美容を
渋谷で学ぶなら、
BLEA!!
BLEA
専門
BLEA専門部ではファッション・ネイル・メイクが学べます!!多彩な資格取得と就職に役立つ知識と技術がいっぱい!! 内面も外面も磨いてなりたい自分を目指そう!!
ファッション・ネイル・ヘア&メイクを学び、なりたい自分を目指そう!!
BLEA専門部学校説明会
9/26(土)・10/17(土)・11/28(土)・12/12(土) いずれも13:00〜
★説明会のご予約・お問い合わせは、お電話又はメールにて受け付けております。
03-5468-0720 info@blea.jp
ファッション販売員Sコース
1年制
資格
ファッション販売能力検定／色彩検定／販売士
雑誌モデルコース
1年制
資格
ファッション販売能力検定／ネイリスト技能検定／色彩検定／販売士／メイクアップ技術検定
※選択により異なります。
ファッションマネージャーコース
2年制
資格
ファッション販売能力検定／ファッションビジネス検定／色彩検定／販売士
トータルビューティーコース
2年制
資格
ネイリスト技能検定／メイクアップ技術検定／色彩検定
ブレアマスターコース
2年制
資格
色彩検定／ファッション販売能力検定／ファッションビジネス検定／ネイリスト技能検定／メイクアップ技術検定
ネイルコース(1年制・2年制)
ヘア&メイクコース(1年制・2年制)
日本ネイリスト協会
日本メイクアップ技術検定協会
Business Life Education Academy
BLEAは高校・専門・大学があるファッション・美容の総合学園グループです。
http://www.blea.jp
BLEA College
BLEA大学部(4年制)
ファッション美容学科・英語コミュニケーション学科・社会教育学科からなる4年制大学!! 入試は作文のみ!! 詳しくは学校案内パンフにて!!
資料請求・お問い合わせはコチラ
専門部と大学部が一緒になった無料の学校案内パンフレットがもらえます!!
TEL:03-5468-0720 E-mail:info@blea.jp
[ブレア入学事務局] 〒150-0002 東京都渋谷区渋谷2-17-3アイビスビル1F〜3F(受付1F)
メールで資料請求
1. 件名に「ランズキ9」と入力
2. 本文に氏名・郵便番号・住所・電話番号・年齢・学年(職業)を入力
3. info@blea.jpに送信
携帯サイトから資料請求

パーカー6930円／レイワロッサ クラリティプレスルーム サロペット6900円／ヴァンス渋谷109店 花柄キャミ3675円／バズスパンキー（ワールドコンクエスト） ヘアゴム525円／SBY 渋谷109店 ブーツ／モデル私物

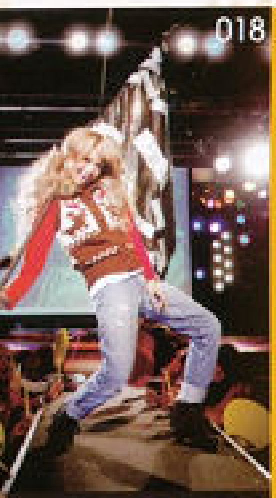
<Cover Staff & Credit>
Photo／Norikazu Hashimoto (f-me)
Styling／Ryoko Suganami
Hair&Make／YUZUKO
Model／Aya Suzuki
Design／Akio Saito (ma-h gra)

2009 November

Ranzuki CONTENTS

11

© ぶんか社 2009 本誌の全部または一部を無断で複写複製（コピー）することは、著作権法上の例外を除き、禁じられています。※本誌に掲載された商品の表示価格は、すべて税込み価格となります。



“この秋のファッションが100倍楽しめる無敵のオシャレレシピ教えちゃう！”

010 女のコすぎんのはテレる!! 男のコすぎんのもイヤ!! ウチらはこれがちょーどいい♥
「もっと見たーい♥」「マネしたい!!」にお答えします
秋もやりたいのは 女のコ&男のコ mixコーデ

018 みんな決まったおこずかいでオシャレをしてました!!
R'sの10000円以下でお買い物ドキュメント NOW

024 もう1年中着ていたい♥
365日 ココルルマーチ!!

030 黒·白使ったってアゲてかないとウチらじゃないし♥
過激モノトーンで罪なくらい目立つ!!

034 着てもいーし、はおっても使えるし、腰巻きもカワイイし♥
ウチら、週3でチェックシャツ着てます

038 この1足で今季のコーデがすべて左右されます!
秋ファッションのスタートはブーツビートが合図!!

042 ちびっこでも大人盛りできる
ゆーゆシルエットの ゆるトップス×ミニボトム
カーデは結局

047 作り込んでるのにナチュラルにかわいく見えるメイクが流行中!
すずもやってる! **うす盛りメイク**

052 JC·JKのうちに、オンでもオフでも着たおすのだ☆
秋制服は、こうやって盛ってきマス!!

056 "あえてつくりこまない"のがオシャレでカワイイ!!
ラフ巻きがラク巻きです♥

061 大好きなギャルの文化と、ニコル本気でむきあうしっ!
新連載 **ニコるんの「GALが趣味」ですが？ Vol.01**

064 みんな、秋服何買ったの??
ニューアイテム、プラスワンモア！で秋コーデ☆ SNAP！

068 ロングじゃないと盛れない! なんて考えはもう古いんです!
ショートでも盛れるギャルヘア

071 食べたいけど太りたくない! 太ももだけヤセない! ニキビができてホントにやだ! だから……
助けて!!

072 太るのはイヤだけど食べたいんだもん!!
みんなのオリジナルダイエットレシピ発表!

079 クチコミエクササイズ&スタイルアップファッションをダブルでお届け!!
どんな手を使っても細くしたい
ウチらの太ももがピンチ!!

084 みんなが気になってる、ニキビについてのQ&A!
ニキビのお悩み🚫バスターズ

087 R'sにココルル店員に進学校JKに、このコただものじゃないです!!
ありちゃんってスゴくね!?

090 どこに入れるの!? どうすれば自然になるの!? これを読めば完ペキふた重ができる!
みんなの!!ふた重メイク♥♥

094 髪型別にご説明します★ 色とか形とかかぶる角度とか前髪の処理とか……気になることいっぱい!!
かぶりもの どうかぶる!? どう選ぶ!?

人気連載

005 毎月新着アイテムをウチらが試着してきます♥
スタイリストR'sのブランド新作展示会におじゃま ~blog VOL.2

007 こ~んないいもの、あるんだよ!
すずが見つけた☆ ☺アイテム List #09

102 ギャルの見たい知りたい つめ放題!!
ギャルコミ! Vol.02

107 **Ranzuki ホムペにゅ~す!! Vol.45**

145 最新情報をイチ早く紹介!!
Ranzuki NEWS NOTE

146 コワイほど当たっちゃう▲
LOVE&HAPPY 占い

148 **Present**

149 **アンケート&モデル応募シート**

153 **次号予告&ショップリスト**

154 モデル&スタッフのステキにおバカなウラ側を公開!!
ウラんずき

峯村優衣チャン（BLEA大学1年・18歳）

鈴木あやチャン（19歳）

よくばりなウチラにピッタリなのはこの感じ♪

（右・すず）トレーナー6195円／ヴァレンタインハイ渋谷109店　チェックシャツ5145円／BLUE MOON BLUE渋谷109店　デニムスカート4900円／ココルル　ニット帽3675円／バススバンキー（ワールドコンクエスト）　スニーカー6195円／コンバースインフォメーションセンター（中・ゆーゆ）半そでパーカー3500円／アルブム　リボンヘアゴム609円／SBY 渋谷109店　エンジニアブーツ5145円／ラグジーガール（サルース新宿マルイカレン店）（左・りかちゅう）カウチンニット4990円／ピンク ラテ　デニムショーパン4900円／ココルル

ウチラはこれがちょーどいい♥

「もっと見たーい♥」
「マネしたい!!」に
お答えします

&男の子mixコーデ

※この特集に掲載されている商品のお問い合わせ先は、P.153にあります。特にクレジット表記のないものは、すべてモデル私物です。

蝴蝶网
hudie.com
杂志迷
zazhimi.com

私服もみーんな R'sも 街のコも 女のコ&男のコmixに夢中♥

すずをはじめ最近オシャレさんたちは、カワイイだけにも、カッコいいだけにももう飽きたみたい。そんなみんなの私服は、mix コーデばかり♪

女のコ ひらミニ
男のコ ラインソックス

すずはプレッピーアメカジでmix!

あやはちょいプレッピーがしたい気分♪　ライン入りソックスとキャップで男のコ&ひらミニとパンプスで女のコにしたの。セーターとスカート、ソックスはロデオクラウンズのだよ。

男のコ キャップ
男のコ チェックシャツ
女のコ ひらミニ

ニット帽とTシャツはココルル、シャツはアルブムの。これにゆるデニムだと男のコすぎるけど、L.D.S.のスカートなら女のコだし♥

いいぽんチャン（BLEA女子高等部2年・16歳）

りかちゅうはハデカジでmix!

JSGのチュチュスカートが超女のコだから、男のコっぽいカラーのココルルスウェットにキャップをかぶってmixした〜。このバランスがちょーどいい!!　シープスキンで秋っぽくしたよ。

女のコ チュチュ

舘野 亜梨沙チャン（古河第二高校3年・18歳）

女のコ シフォンキャミ
男のコ ボーイズデニム

女のコな花柄キャミと、男のコなココルルのボーイズデニムで全身のバランスをとったよ。パーカーをはおってカジュアルにしたの☆

山田史織チャン（BLEA女子高等部2年・16歳）

女のコ コットンチュニック
男のコ スニーカー

ゆーゆはモノトーンでmix!

コットンチュニックが甘いから、ちょっとハードなスパイラルガールのデニムベストと黒のスニーカーを合わせて男のコmixしました。モノトーンコーデでもmixできるんだよ♪

男のコ ライダース
女のコ ワンピース
男のコ エンジニアブーツ

イカついライダースとブーツに、甘めベビーピンクのワンピを合わせてロックmix。ライダースはセシル、ワンピはスキニーリップのだよ。

美咲選手チャン（高校3年生・17歳）

男のコ サロペット
女のコ パンプス

元気なイメージのサロペって男のコって感じだから、くつはパンプスにして女のコアピっ♪　ヒョウ柄パーカーも女のコアイテムかな？

さこちチャン（都立永山高校3年・18歳）

男のコ スタジャン
女のコ ひらミニ

しまむらで買った黒のスタジャンが男のコって感じだから、ニット帽とひらミニで女のコっぽさを出したよ。ブーツで秋っぽくしちゃった♥

間宮梨花チャン（17歳）

秋もやりたいのは

女のコすぎんのはテレる!! 男のコすぎんのもイヤ!!

女のコ

すずの私服がきっかけで、女のコっぽいアイテムと男のコなアイテムのmixコーデが大人気♪　イイとこどりのコーデは、マネしなきゃもったいない!!　今すぐ始められる基本ルールのおさらいから、この秋リニューアルしたすずのmixコーデ、手持ちのアイテムでもできる方法までたくさん紹介しちゃう♥

Photos／Norikazu Hashimoto<f-me>、Shinya Nagatome（P.10スナップ分）
Styling／Ryoko Suganami　Hair&Make／YUZUKO　Design／Akio Saito<ma-h gra>　Thanks／PROPS NOW

#「mixコーデ」だった

パンプス5145円／minimy（SBY 渋谷109店） ストライプシャツ7245円／ヴァレンタイン ハイ渋谷109店 デニムパンツ8295円／BLUE MOON BLUE渋谷109店 チェーンバッグ5775円／JSG

女のコ パンプスはくときは 男のコ ゆるデニムをロールアップ

男のコ デニム

女のコ パンプス

パンプス4725円／ランダ（神戸RANDA原宿店） カーディガン4900円、ロンT3900円、デニムパンツ8900円／すべてココルル シュシュ504円／SBY 渋谷109店

すずのmixコーデって？

ここではじめてのコに解説～♪ すずの今までやってきたmixコーデってこんなんです。

2009年2月号
人気コーデはここから生まれた!!

これまでブルーひとすじだったすずがピンクに注目。ここがスタート♪

mixコーデのくわしいルールを伝授。すずの定番コーデになった!!

2009年8月号
人気上昇☆ カワイイって声多数!!

2009年7月号
自分プロデュースのひとつとして紹介

カワイイだけじゃなくてどこか男のコっぽいコーデにハマッてた。

ここでおさらい すずのmixコーデルールって？

1つのコーデにカワイイ女のコアイテムと、ヤンチャな男のコアイテムを混ぜるのがお約束なのだ!! サンプルはこんなん!!

蝴蝶网

スニーカー6195円／コンバースインフォメーションセンター コットンスカート3990円／パナマボーイ原宿本店 パーカー4095円／WEGO原宿本店 ニット帽2900円／ココルル

女のコ スカートはくときは 男のコ スニーカーこれ基本!

まずはじめにこの基本ルール覚えてね♪

女のコ スカート

男のコ スニーカー

スニーカー5900円／ココルル デニムスカート3045円、トレーナー3045円／ともにWEGO原宿本店 チェックシャツ1680円／パナマボーイ原宿本店 リボンヘアゴム735円／グランドエッジ渋谷109店

男のコ キャップ

小花柄サーマルロンT1575円／原宿シカゴ表参道店 パイル地パーカー6825円／ハススパンキー（ワールドコンクエスト） デニムショーパン6930円／レイウロッサ クラリティプレスルーム キャップ2900円、ネックレス800円／ともにココルル

女のコ 小花柄

杂志迷
zazhimi.com

女のコ 小花柄は 男のコ キャップでハズす

男のコ スタジャン

女のコ ひらミニ

男のコ ハードなスタジャンは 女のコ ひらミニで中和!

スタジャン1万290円／JSG ロンT1995円／WEGO原宿本店 ハート柄ひらミニ4935円／ラヴァップ渋谷109店 ニット帽2900円／ヴァンス渋谷109店

男のコ

最近はブルーでもパステルなのがスキ♥

ダウンベスト5900円、デニムショーパン4900円、ブーツ2900円／すべてココルル フードTシャツ1995円／リバイブ渋谷109店

小物がピンクだと女のコ気分もアップ!!

女のコ

カーディガン3900円、Tシャツ4095円／ともにヴァンス渋谷109店 チェックスカート3990円、スニーカー4935円／ともにパナマボーイ原宿本店 リュック4935円／ラヴァップ渋谷109店

単純に ピンク多め＝女のコ ブルー多め＝男のコって感じ？

まずみんながマネしたいのは

『すずがやってる女のコ&男のコ

特集するたびにファンが増えるすずのmixコーデ。男のコ、女のコってアイテムごとに決めたコーデが、わかりやすくてカワイイ♪　たっぷり見せちゃいます!!

ウエスタンブーツ8295円／フラッグ-J渋谷109店　チェックシャツ2520円／パナマボーイ原宿本店　ロンT4900円／ココルルひらミニ5985円／チャティー ～アロマ～ ブレスルーム

ヴィンテージアメカジテイストをプラスしたい

あやが一番気になってるキーワード。ちょっとおさえた色味を使って、ヴィンテージ感を出したいんだ。

秋のNEWすずmixはどーなんの!?

秋も基本アメカジなんだけど、新しいテイストを入れたいなって計画中☆　人とカブんないようにするのがあやのポリシー!!

トレーナー4900円／ココルル　デニムスカート3045円／WEGO原宿本店　リボンヘアゴム1050円／グランドエッジ渋谷109店　スニーカー7245円／コンバースインフォメーションセンター

チノパン6900円／ヴァンス渋谷109店　モコモコパーカー6930円／ジェイアイマックス　星柄サーマルロンT945円／原宿シカゴ表参道店　イヤーマフラー5145円／ヴァレンタインハイ渋谷109店　星ネックレス800円、スニーカー3900円／ともにココルル

（左）メガネ6300円／オプトレーベル DECKSお台場　ボーダーカーディガン7875円、Tシャツ3990円／ともにヴァンキッシュ（せーの）　サスペつきひらミニスカート6195円／ヴァレンタインハイ渋谷109店　（中）ニーハイソックス1050円／靴下屋（タビオ）　チェックパンプス4935円／ランダ（神戸RANDA原宿店）　ジャケット9345円／ヴァレンタインハイ渋谷109店　ロンT4725円／パスズパンキー（ワールドコンクエスト）　デニムショーパン9240円／ヴァンキッシュ（せーの）　（右）シャツ1995円／WEGO原宿本店　ネクタイ945円、プリーツスカート945円／ともに原宿シカゴ表参道店

プレッピーアレンジな気分♪

ちょっとカッチリしたアイテムを使って、スクールガール風にするのもかわいくない?

去年より甘くなってるもこもこは男のコアイテムでブリブリ防止!!

今年はパステルカラーとか、スウィートなもこもこがいっぱい♥　でも甘いだけじゃ終わらせないよ。

もこもこパーカー4095円／WEGO原宿本店　キャミソール1995円／ピンクラテ　デニムショーパン1万2390円／パブラス（ワールドコンクエスト）　キャップ1900円／ヴァンス渋谷109店

アイテムにコレをプラスすれば 女のコ&男のコmixが完成します

男のコ サロペット を持ってるコは

女のコ ピンク小物でmix

サロペット4935円/パナマボーイ原宿本店 ニット帽4095円/リズリサ トゥインクル(ヴェント・インターナショナル) スニーカー6195円/コンバースインフォメーションセンター パーカー3045円/WEGO原宿本店 Tシャツ4095円/バズスパンキー(ワールドコンクエスト)

女のコ パンプスでmix

サロペット4998円/アルブム パンプス5145円/ランダ(神戸RANDA原宿店) パーカー5900円/ココルル Tシャツ4095円/バズスパンキー(ワールドコンクエスト)

女のコ カーディガンでmix

ヒッコリーサロペット3900円/ヴァンス渋谷109店 リバーシブルカーディガン5145円/ラヴァップ渋谷109店 Tシャツ5145円/ヴァイブラントスパークル イヤーマフラー1500円/ココルル

男のコ ボーイズデニムを持ってるコは

女のコ ドット柄トップスでmix

ワッペンつきデニムパンツ3990円/ピンク ラテ 水玉パーカー6195円/トゥララ(ヴェント・インターナショナル) インナーキャミソール1599円/アルブム ニット帽2900円/ヴァンス渋谷109店 スニーカー5900円/ココルル

女のコ パンプスでmix

ヒッコリーパンツ4095円/WEGO原宿本店/パンプス3675円/ラグジーガール(サルース新宿マルイカレン店) 半そでトレーナー4095円、柄サーマルロンT3045円/ともにBLUE MOON BLUE渋谷109店

女のコ 小花柄トップスでmix

デニムパンツ8900円、ブーツ4900円/ともにココルル サーマルロンT1995円/パナマボーイ原宿本店 ベスト4095円/WEGO原宿本店 ベルト5145円/BLUE MOON BLUE渋谷109店

女のコ キャラT を持ってるコは

くまTシャツ7245円/w♥cヘッドオフィス デニムパンツ5900円/ヴァンス渋谷109店 カーディガン5145円/BLUE MOON BLUE渋谷109店 キャップ2900円/ココルル パンプス7245円/ランダ(神戸RANDA原宿店)

男のコ ボーイズデニムでmix

男のコ ダウンベストでmix

ウサギTシャツ2415円/ピンク ラテ ダウンベスト6195円、ニット帽3360円/ともにBLUE MOON BLUE渋谷109店 デニムスカート8925円/バズスパンキー(ワールドコンクエスト)

男のコ ライダースでmix

[illegible]Tシャツ[illegible]円/ラヴァ[illegible]109店 ライダースジャケット[illegible]円/セシルマクビー ひ[illegible]円/リルマーウンレスルーム エンジニアブーツ6195円/[illegible](ジレオフ)

zazhimi.com
nudie

今すぐマネしたいけど、何買えばいいの？ ってコに
みんなが持ってる

マネしたいコ必見!! みんなが持ってる率が高いアイテムを使っても、mix コーデができちゃうんです!! プラス何を買えばいいのか、しっかりチェック♪

男のコ スニーカー を持ってるコは

女のコ ワンピ で mix

お気に入りの一足でいろんなコーデをためしちゃお♪

女のコ ひらミニ で mix

(右・りかちゅう) スニーカー1万2390円、星柄ワンピ7245円、ニット帽3675円、ネックレス2625円／すべてGILFY（ギルドコーポレーション） (左・ゆーゆ) スニーカー5775円／コンバースインフォメーションセンター サスペつきTシャツ4095円／JSG ボーダーロンT1999円／アルブム ひらミニ6195円／トゥララ（ヴェント・インターナショナル） ソックス／スタイリスト私物

女のコ スカートでmix

スニーカー5900円、パーカー5900円／ともにココルル デニムスカート6195円／BLUE MOON BLUE渋谷109店

スニーカー1万290円、ニット帽4095円／ともにヴァレンタインハイ渋谷109店 ワンピ5775円／バズスパンキー（ワールドコンクエスト） バッグ1900円／ココルル

女のコ ロンTワンピ でmix

女のコカラー ピンク なのに男のコアイテム ならひとつで mix 完成しちゃう

スタジャン

ダウンベスト

サロペット

スタジャン9345円／トゥララ（ヴェント・インターナショナル） ひらミニ7245円／ヴァレンタインハイ渋谷109店 エンジニアブーツ5145円／ラグジーガール（サルース新宿マルイカレン店）

ダウンベスト5900円、フードロンT4900円、デニムショーパン4900円、スニーカー5900円／すべてココルル イヤーマフラー1575円／SBY 渋谷109店

サロペット3990円／ピンク ラテ 柄パーカー6195円／BLUE MOON BLUE渋谷109店 ロンT945円／WEGO原宿本店 ブーツ2900円／ココルル

女のコ パンプス を持ってるコは

女のコっぽい足元はパンツでハズすのです☆

男のコ サロペット でmix

男のコ ボーイズデニム でmix

パンプス5145円／minimy（SBY 渋谷109店） ロンT4900円、デニムパンツ8900円、ベルト2900円／すべてココルル もこもこパーカー7980円／デイライル ブレスルーム キャップ2625円／ピンク ラテ

パンプス4725円／ランダ（神戸RANDA原宿店） サロペット1995円、ロンT1995円／ともにWEGO原宿本店 マフラー3990円／バズスパンキー（ワールドコンクエスト）

zazhimi.com

hudie.com

秋だから、
ちょっと大人化しちゃう!?

ロックな 女のコ&男のコmixもはじめます♪

この秋は人気ブランドからもロックなアイテムがズラリ☆　流行にビンカンなウチらは、もちろんmixスタイルで取り入れるでしょー♥

まず買うべきロックアイテムはこれ!

気軽にロックスタイルができちゃうアイテムはこの３つ。１点投入するのが、やりすぎずにカワイイのだ〜♪

男のコ ライダース

女のコ ワンピース

ライダースジャケット1万3440円、柄ワンピ6195円／ともにヴァレンタインハイ渋谷109店　ブーツ1万290円／R&E渋谷109店

ロミ×コーデしちゃえばムダがなくないよ

男のコ チェックシャツ

女のコ ひらミニ

黒のひらミニ1枚でガーリーロックがキまっちゃう

ひらミニ×レギンスセット5985円／セシルマクビー　チェックシャツ4900円／ココルル　Tシャツ×キャミセット4095円／JSG　ポシェット6510円／ヴァンキッシュ（ゼーの）　パンプス6195円／R&E渋谷109店

男のコ エンジニアブーツ

女のコ スカート

ゴツめのブーツで存在感をプラス♥

エンジニアブーツ1万5540円、カーディガン6195円、Tシャツ5145円、ひらミニ6195円／すべてGILFY（ギルトコーポレーション）

女のコ チェーンバッグ

女のコ パンプス

女のコ ミニスカート

女のコ ファーブーツ

チェックライダースジャケット1万5540円、スカート5145円、キャップ4095円、ブーツ2万3940円／すべてGILFY（ギルトコーポレーション）

ライダースジャケット1万3440円、デニムショーパン7245円／ともにリップサービス　Tシャツ（ストールつき）3990円／ジェイアイマックス　チェーンバッグ5460円／SBY 渋谷109店　パンプス3990円／ラグジーガール（サルース新宿マルイカレン店）

男のコ ハット

男のコ ベスト

星柄ひらミニ5775円／バズスパンキー（ワールドコンクエスト）　ベスト4410円／チャティー 〜アロマ〜 ブレスルーム　ロンT4095円、ハット3675円／ともにワンウェイ（プレボワ）　ブーティー（価格未定）／フラッグ-J渋谷109店

男のコ スタッズつきパーカー

スタッズパーカー5985円、フリルショーパン4095円、ロンT4095円、チェーンバッグ5145円／すべてワンウェイ（プレボワ）　ブーツ4410円／ラグジーガール（サルース新宿マルイカレン店）

女のコ コンビネゾン

エンジニアブーツ5900円／ヴァンス渋谷109店　チェックコンビネゾン8295円／リズリサ（ヴェント・インターナショナル）　タートル／スタイリスト私物

女のコ ひょう柄ワンピ

エンジニアブーツ1万1340円／R&E渋谷109店　ひょう柄ワンピ×Tシャツセット2940円／リバイブ渋谷109店　ハット3045円／ヴァイブランドスパークル　バングル各1050円／グランドエッジ渋谷109店

蝴蝶网

これクリアしとけば、もうカンペキ♥

女のコ&男のコmixのお悩みQ&A

コーデをためしてるときにナゾが生まれるのは、オシャレに向かって前進してる証拠♥　もやもやしてるところは、コレを見て解決しちゃおう。

Q.すずチャンのマネしてチュチュスカートを買いたいけど、どう着ればいいの？

A.パーカーで山カジに

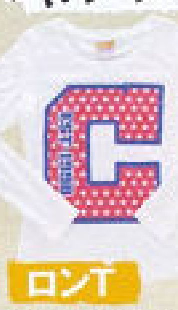
ふつうにパーカーに合わせても、カジュアルでカワイイのだよ♪　チュチュスカート5145円／w♥cヘッドオフィス　パーカー3045円、マウンテンブーツ6195円／ともにWEGO原宿本店　ポシェット1900円／ココルル

A.スタジャンでアメカジに

男のコっぽいスタジャンでバランスOK♪　スタジャン1万2390円／ヴァンキッシュ（せーの）　ラグランロンT1995円／WEGO原宿本店　リボンヘアゴム1050円／グランドエッジ渋谷109店　マーチンブーツ9345円／原宿シカゴ表参道店

Q.女のコ度高めコーデにも男のコ度高めコーデにも着回せるアイテムって何ですか？

A.シンプルなアイテムこそ着回せます



ロンT

白のロンTは重ね着にも使えるから絶対1枚は持っとくべき。ロンT3900円／ココルル

スウェット

主張しすぎないロゴプリントが着回せるポイント。トレーナー1995円／WEGO原宿本店

男のコ度高め

チェックシャツ4900円／ココルル　ロンT3990円、ニット帽3360円、デニムショーパン7245円／すべてBLUE MOON BLUE渋谷109店　スニーカー5565円／コンバースインフォメーションセンター

これ着回し　パーカー

色も形もシンプルだからこそ使えるんです!!　パーカー7140円／ヴァンキッシュ（せーの）

女のコ度高め

ケアベアT3990円／ラヴァップ渋谷109店　チェックスカート3045円／WEGO原宿本店　シュシュ504円、ハートヘアゴム368円／ともにSBY 渋谷109店　ウエスタンブーツ5145円／ラグジーガール（サルース新宿マルイカレン店）

Q.いつもはボーイズ派だけど女のコmixもしたい★ アイテムを上手にそろえるコツってあるの？

A.セットものアイテムならそれだけで完成♥

←柄パーカーワンピ×メガネセット7245円／セシルマクビー　スニーカー5900円／ココルル

男のコ　だてメガネ

女のコ　ワンピースセット

zhimi.com

A.古着のくたっと感なら女のコすぎないよ

女のコ　古着のスカート

チェックスカート1995円、スタジャン4095円／ともにWEGO原宿本店　Tシャツ3675円／BLUE MOON BLUE渋谷109店　スニーカー6195円／コンバースインフォメーションセンター

A.まずは小物からチャレンジ

女のコ　ポシェット

リボンポシェット7245円／リズリサ トゥインクル（ヴェント・インターナショナル）　パーカー5900円／ココルル　ヒッコリースカート3999円／アルプムニット帽2900円／ヴァンス渋谷109店　ブーツ1万2390円／R&E渋谷109店

Q.すずチャンは女のコ度高めのときと男のコ度高めのときはヘアアレンジも変えてるの？

A.女のコ度高めのときはアップにまとめて

女のコっぽいコーデのときに、ふわふわの髪を下ろすと甘すぎてあや的にやりすぎなの。だからまとめることが多いかな。

A.男のコ度高めのときはふわふわヘアを下ろすよ

コーデが男のコのときは、ふわふわの髪で女のコ感を出すよ。男のコっぽいキャップとふわ髪の相性もいいと思うし!!

みんな決まったおこずかいでオシャレをしてました!!

キュメントNOW

蝴蝶网
hudie.com

優先1 6195円

TOTAL 9555円

スパンコールジャケット6195円、ロンT3990円／ともにクリックス渋谷109店　ムートンブーツ3360円／サルース（サルース新宿マルイカレン店）　チュチュスカート5145円／w♥cヘッドオフィス

優先2 3360円

優先1 4900円

TOTAL 8995円

チェックシャツ4900円、デニムハーパン6900円／ともにココルル　スウェードブーツ4095円／WEGO原宿本店　Tシャツ945円／パナマボーイ原宿本店　キャップ409円／サンキューマート原宿2号店　ベルト／スタイリスト私物

優先2 4095円

TOTAL 6174円

もこもこパーカー4095円、ロンT1995円／ともにWEGO原宿本店　スニーカーブーツ2079円／テリー1号店　デニムミニスカ3045円／スニープディップ渋谷109店　シュシュ504円／SBY 渋谷109店

優先1 4095円

優先2 2079円

ボトムやインナーは、夏物の使いまわし〜

TOTAL 9260円

目立てるガキんちょセットでお買い上げ〜

優先2 3360円

優先1 5900円

柄フリースパーカー5900円／ココルル　ムートンブーツ3360円／サルース（サルース新宿マルイカレン店）　タンク1995円／ナバーナ渋谷109店　ベルト1900円／ココルル　ニット帽／スタイリスト私物

やっぱり優先1位は羽おりに決まってる!!

季節の変わり目は、トップス買わなきゃダメじゃん!!
特にコーデの印象決める羽おりがNo.1!

ウエスタンブーツ7900円／ココルル　ベスト2079円／テリー1号店　ロンT5775円、レースミニスカ7245円／ともにヴァレンタインハイ渋谷109店

TOTAL 9979円

優先2 2079円

上下に主役級がいるからトータルでおニューな感じ

フリンジブーツ5985円／パナマボーイ原宿本店　パーカー1995円、オーバーオール1995円／ともに原宿シカゴ神宮前店　キャップ3045円／リルマーヴプレスルーム　Tシャツ／スタイリスト私物

秋始まりだからブーツが優先1位でもOK!

秋がスタートする時期だから、大量にリリースされるブーツを最優先する可能性もあるんだー♪

杂志迷
zazhimi.com

優先1 7900円

ボトムやインナーは、夏物の使いまわし〜

TOTAL 7980円

優先2 4095円

優先2 3990円

ニーハイブーツ5460円／ラヴジーガール（サルース新宿マルイカレン店）　ライダースジャケット3990円、Tシャツ3045円／ともにスプレイ渋谷109店　フリルミニスカ1995円／たからや渋谷109店

優先2 1995円

TOTAL 8995円

ニットブーツ4900円／ココルル　パーカー4095円／WEGO原宿本店　くまTシャツ4935円／ラヴァップ渋谷109店　ミニスカ4900円／ココルル　シュシュ504円／SBY 渋谷109店

優先1 5985円

TOTAL 9450円

優先1 4900円

優先1 5460円

R'sの10000円以下でお買い物ド

みんな毎月、おこづかいって決まってるよね!? その中でやりくりしてるから、洋服に使えるお金だって限られちゃう!! それはR'sも同じで、それぞれうまく自分に合った買い物の仕方を考えてるみたい。今回は、金額をウチらの大台10000円に設定して、R'sのお買い物レシピを大公開♪ それぞれが選んだアイテムのファッションショーに密着です☆

Photos／Hiro Nakano Styling／NANA
Hair&Make／Rika Shimojo<f-me>
Design／Akio Saito<ma-h gra>
Thanks／ASTRO HALL、EASE、PROPS NOW
※この特集に掲載された商品のお問い合せ先は、P.153にあります。特にクレジット表記のないものはすべてモデル私物です。

TOTAL 9847円

10000円ショッピングショーの幕開けじゃーん!

優先1
羽おり物 5900円

カウチンベスト5900円 ココルル フリンジブーツ3129円／テリー1号店 ロンT409円、ボーイズデニム409円 ともにサンキューマート原宿2号店

安部 ニコルチャン（BLEA女子高等部1年・15歳）

ボトム、インナー
計818円

優先2
ブーツ 3129円

ニコるん（高1・15歳）

“優先順位をつけて買えるだけ買いたいですね!!”

「R'sイチミーハーなニコルは、10000円なら基本全身買いたいです。でも、全身の中で優先順位をつけて、お金を割り振ってたり、実は考えたお買い物をしてるし!」

zazhimi.com
蝴蝶网
hudie.com

ゆーゆ

大学1年・18歳

“上半身強化で手持ちボトムをイメチェンします!

「モノトーンコーデで、いつも大体同じボトムをはくことが多いんだよね。だから、秋の初めは上半身のセットを10000円でそろえるようにしてるの～♪」

この手持ちボトムに上半身を合わせてくの!!

スキニーデニム
ボーイズが似合わないから、スキニーが多いの。ブラックスキニーデニム7879円／セシルマクビー

デニムショーパン
ミニボトムが好きだから、デニムショーパンはマスト。折り返しデニムショーパン3999円／アルブム

ひらミニ
女のコらしいひらミニは、ゆいの得意中の得意なボトムだよ。ひらミニ2079円／テリー2号店

プチハードなアウターに女のコなボトムで甘辛系♪

峯村優衣チャン（BLEA大学1年・18歳）

×ひらミニ
ライダースにひらミニは、ゆーゆ秋一番のお気に入りコーデ☆ ライダースジャケット3129円、ロンT1554円／ともにテリー1号店 ハット3675円／クリックス渋谷109店 ブーツ（参考商品）／R&E渋谷109店

上半身強化セット
ライダース 3129円
＋
インナー 1554円
＋
ハット 3675円
8358円

×スキニーデニム
ほっそりスキニーをブーツインすれば、お姉さんなSHOP店員風にイメチェン☆ ブーツ（参考商品）／シャルマン渋谷109店 ライダース、ロンT、ハット／すべて着回し

×デニムショーパン
カジュアルな雰囲気で着たいなら、デニムショーパンでラフに! ブーツ19740円／渋谷フロンティア ライダース、ロンT、ハット／すべて着回し

この素材感がたまらない! みんなに転送して教える!!

×デニムショーパン
もこもこだけで、普通のカジュアルコーデがゴージャスにランクアップ! ファーベスト1995円／原宿シカゴ神宮前店 ロンT1995円、ニット帽1995円／ともにWEGO 原宿本店

×ひらミニ
ベストのもこもこと、ひらミニのボリュームでメリハリボディーにスタイルUP! ブーツ5460円／ラグジーガール（サルース新宿マルイ店） ベスト、ロンT、ニット帽／すべて着回し

×スキニーデニム
ファー&スキニーで、ちょっと外国のセレブみたいにカッコイイ系狙っちゃう☆ ブーツ4935円／エスペランサ渋谷109店 ベスト、ロンT、ニット帽／すべて着回し

上半身強化セット
ファーベスト 1995円
ロンT 1995円
ニット帽 1995円
5985円

蝴蝶 hudie.com

カラフルアイテムはゆいのコーデのハズし使える!

×デニムショーパン
デニムショーパンとのコンビは、いつものゆいに比べるとラフな感じでイメチェン度高めー! ブーツ1万1340円／エスペランサ渋谷109店 ニットパーカー、タンク、ニットベレー／すべて着回し

×スキニーデニム
スキニーデニムの日は、あくまでも脚のび意識! パンプスなら女子度もアゲでいい感じよ～! ニットパーカー5900円／ココルル キャミソール998円／アルブム ニットベレー3045円／リルマーウプレスルーム パンプス3900円／ココルル

×ひらミニ
カラフルなニットカーデも、ボーダーなら大人っぽくて手持ちのボトムとも相性OK! スニーカー1万290円／ヴァレンタインハイ渋谷109店 ニットパーカー、タンク、ニットベレー／すべて着回し

上半身強化セット
ニットパーカー 5900円
＋
タンクトップ 998円
＋
ニットベレー 3045円
9943円

杂志迷 zazhimi.com

すず 19歳

“大好きブランドで1点豪華アイテムを買うんです!!”

「あやは、お買い物の時は大好きなブランドをぱぱっと見て買い物しちゃいます♪ ちょっと値段が高くても、気に入ればずっと使えるから1点豪華でいっちゃう～♪」

アメリカンカラーの一生愛せるスタジャンちゃん

鈴木あやチャン(19歳)

柄で目立てる
スタジャン 9800円

秋アメカジしたいなら、やっぱりスタジャン! 着まくりたいから、完全に目立てる豪華なやつで!! スタジャン9800円、デニムミニスカ4900円、キャップ2900円、スニーカー5900円/すべてココルル Tシャツ3045円/スプレイ渋谷109店

ココルル

ネオンピンク×星の
カウチンニット 5900円

すずもリアルに買ったカウチンニットは、すずのトレードマークの星つきです。カウチンニット5900円、ボーイズデニム6900円、ベルト1900円、スニーカー5900円/すべてココルル ボーダータンクトップ1995円/ワンウェイ(プレボワ)

ヴァンス

A面もB面も使えるマスターピース

激売れ
コーデュロイ サロペット 6900円

大人気のオーバーオールが、秋素材になってカムバック☆ コーデュロイオーバーオール6900円/ヴァンス渋谷109店 スウェットロンT3045円/WEGO原宿本店 マフラー3675円/SBY 渋谷109店 スニーカー409円/サンキューマート原宿2号店

お買い得な
リバーシブル ダウンベスト 6900円

重ね着に大活躍しそうなダウンベストは、リバーシブルだから着回し放題! ダウンベスト6900円/ヴァンス渋谷109店 ロンT1039円/テリー1号店 デニムショーパン3045円/ナバーナ渋谷109店 キャップ3465円/ヘッドスター プレスルーム ムートンブーツ4935円/エスペランサ渋谷109店

GILFY

1枚で大人っぽくなる
ジャケット 9345円

これなんと、ジャケットとレイヤード風になったシャツがセットなんです。すず私物、GILFYのシャツレイヤードジャケット(9345円) Tシャツ1995円、デニムミニスカ3045円/ともにWEGO原宿本店 ニット帽4095円/w♥cヘッドオフィス エンジニアブーツ1万5540円/渋谷フロンティア

JSG

ビビッドピンクが目を引く、女のコらしいシルエットの1点豪華スカート。フリルミニスカ4935円/JSG ロンT1995円/リバイブ渋谷109店 中折れハット2940円/原宿シカゴ表参道店 レギンス2415円/靴下屋(タビオ)

個性MAXの
ネオンスカート 4935円

BLUE MOON BLUE

デコりで目立つ
ワッペンデニム ミニスカ 6195円

バックショットがこんなカワイイとか、最強のデニムです! ボーイズデニム8295円/BLUE MOON BLUE渋谷109店 パーカー3045円、ブーツ6195円ともにWEGO原宿本店

こったデザインの
リメイク風ボーイズ デニム 8295円

ついつい毎日はいちゃうデニムだから、こんな人と差がつくのが欲しいよね! デニムミニスカ6195円/BLUE MOON BLUE渋谷109店 カーディガン4095円、チェックシャツ1995円/ともにWEGO原宿本店 エンジニアブーツ1万5540円/渋谷フロンティア

ヴァンキッシュ

1つのアイテムでも7つ分の色GET!

レインボーの
MIXニットカーデ 8190円

ニットアイテムで、こんなに派手で目立てるのなんてなかなか見つからない!! 柄ニットパーカー8190円/ヴァンキッシュ(せーの) Tシャツ1995円/ワンウェイ(プレボワ) オーバーオール5145円/WEGO原宿本店 ヘアゴム525円/SBY 渋谷109店

リズリサ

ぜいたくな雰囲気の
コンビネゾン 8295円

ベロア使いが高く見える、小花柄ワンピース。秋のガールなカジュアルにドンピシャ。コンビネゾン8295円/リズリサ(ヴェント・インターナショナル) Gジャン3045円/WEGO原宿本店 ニット帽4095円、ネックレス2625円/ともにリズリサトゥインクル(ヴェント・インターナショナル)

蝴蝶网 hudie.com

杂志迷 zazhimi.com

蝴蝶冈　高2・17歳

なつぅみ

10000円あればどんな夢でもかないますよ!!

「えっ!!　10000円なんてあったら、もう何でも買えるじゃないですか!!　なつぅみが、10000円で、色んな夢を実現させちゃいますよっ!　10000円は無敵です♪」

雑誌コーデだってTOTALでマネできちゃいます!

ランズキに載ってるコーデ、まるごとマネしちゃいますよ☆ 10000円でR'sになれちゃうんです。

これをマネ!

TOTAL 8589円

ニコるんが最近気に入ってる、コットンアイテムを使ったゆるガールスタイルをマネ!　チェックシャツ2520円、コットンペアワンピ1995円／ともにパナマボーイ原宿本店　ウエスタンブーツ4074円／テリー1号店

これをマネ!

TOTAL 9114円

ニットカーデにパンプスの、お姉さんなレレ私服スタイル。ニットカーデ1995円、デニムプリーツミニスカ3045円／ともにWEGO原宿本店　タンクトップ1995円／原宿シカゴ表参道店　チェックパンプス2079円／テリー1号店

TOTAL 8998円

大人気のすず私服×サロペットのコーデもできちゃうし!　星柄スタジャン1554円／テリー1号店　ラグランロンT409円／サンキューマート原宿2号店　コーデュロイサロペット3990円／パナマボーイ原宿本店　ムートンブーツ3045円／WEGO原宿本店

斉藤夏海チャン（高校2年生・17歳）

これをマネ!

やっぱりマネしたいのは すずの私服コーデ

これをマネ!

最近人気の古着っぽいヴィンテージコーデだって、この通り。スウェット4095円／WEGO原宿本店　デニムミニスカ2079円、ムートンブーツ1039円／ともにテリー1号店　ニット帽1050円／原宿シカゴ表参道店

TOTAL 8263円

TOTAL 8304円

ガキんちょ系な、スウェットにカラーボトムで、ありちゃんのカラフル私服できちゃった。スウェット4900円、ベルト1000円／ともにココルル　カラーショーパン1995円／スニープディップ渋谷109店　スニーカー409円／サンキューマート原宿2号店

これをマネ!

トレンドトップス、買えるだけ買っちゃう!

やっぱりトップスが欲しいですよ!　だから、10000円で流行のトップスめっちゃ買うの!!

スタジャン 1554円

一枚でコーデが決まるスタジャンがこの値段!　スタジャン1554円／テリー1号店　デニムミニスカ／スタイリスト私物

ファーもリボンも、Wでトレンドを取り入れてみた!　ファーベスト1039円、リボンカットソー1039円／ともにテリー2号店　ショーパン／スタイリスト私物

ファーベスト 1039円

リボンロンT 1039円

6点でTOTAL 9344円

ニットカーデ 2079円

ジャケット 1554円

総柄パーカー 2079円

（左）プレッピーなカッコに使えそう。ボーダーニットカーデ2079円、（中）総柄パーカーは今年も大注目。柄パーカー2079円／ともにテリー1号店　（右）嬉しいフードつきの、再びの人気アイテムもプチプラ。フードつきジャケット1554円／テリー2号店

見た目10000円超えアイテムを10000円以下でGET!

見た目が高く見えるって重要ですよね! 10000円以下でも、10000円超えて見える物が狙い目です!

見た目サギアイテムのポイント

素材感がしっかりしている
ディテールがこっている

見た目10000円超え → 4074円

スタッズつきウエスタンブーツ4074円／テリー1号店　ニットパーカー5900円、ロンT4900円、デニムミニスカ4900円、ベルト2900円／すべてココルル

見た目10000円超え → 8295円

見た目10000円超え → 3990円

クラッシュデニムパンツ3990円／たからや渋谷109店　柄パーカー3999円／アルフムキャミ1995円／ナバーナ渋谷109店　レースアップブーツ8295円／ラグジーガール（サルース新宿マルイカレン店）

ライダースジャケット8295円／ワンウェイ（プレホブ）　タンクトップ2520円／原宿シカゴ表参道店　チェックミニスカ3045円／WEGO原宿本店　ムートンブーツ4935円／エスペランサ渋谷109店

109内のプチプラでTOTALコーデしたい!

プチプラだけど、109のブランドじゃなきゃイヤ!! だから、109内でTOTAL10000円コーデ探す!

（左）ラグランT735円、ハーフデニム2940円／ともにリバイブ渋谷109店　星柄パンプス5145円、シュシュ504円／ともにSBY渋谷109店　（右）チュニックワンピ3150円／ラヴァップ渋谷109店　フリンジブーツ4900円／ココルル

ラグランT735円

シュシュ 504円

ハーフデニム 2940円

パンプス 5145円

TOTAL 9324円

ワンピース 3150円

ブーツ 4900円

TOTAL 8050円

zazhimi.com

リアルに4人のR'sが 10000円でお買い物 ドキュメントNOW

ラストは、R'sが10000円で実際に買い物をしちゃいました！　やっぱりみんな、自分のルールにそったお買い物をしてたよ！　では、4人の買い物クルーズに密着♪

ニコるん 優先順位をつけて買えるだけ買っちゃう

ニコるんは、「絶対全身コーデする！」って意気込み☆　羽おり→ブーツの優先順位で買い物するよ。

このベスト安いなー。全身コーデとか、案外簡単にできちゃうかもねっ！

羽おりからチョイーッス☆

10000円で、まだおつりが残ってるから、インナーも探しちゃえっ！

安くても、安く見えないブーツがイイんだよね。素材感とかも大事なの。

アニマル柄って、ギャルって感じしますよね？　これニコルっぽいなぁ。

ニコル、やっぱアニマル柄好き～

結局ニコるんが買ったのは、マナのベスト、ボニータのレースアップブーツ、リバイブのコンビネゾンの3点で、トータル9000円コーデ!!　見事に全身コーデを完成させちゃいました！

すず 大好きブランドで1点豪華アイテム買い

すずは109に入るとすぐ、考えるスキもなく大好きブランドに直行！　買い物もすぐ終わります(笑)。

今回の買い物ですずがGETした物は、ロデオクラウンズのニットベスト。最近お気に入りのプレッピーアイテムだよん。アーガイルのニーハイソックスに、ミニスカでコーデして制服っぽく着るのがポイント♪

1軒目

クラッシュがポイントのデニムミニスカ。もうこれで決まっちゃう!?

気になったみたいで、すずは試着室へ！　でも、まだ保留ってことに。

ココルルの柄パーカーに、目をうばわれちゃったすず。制使えそうだなぁ。

2軒目

店内ゆるカラーで、すず好みのアイテムがズラリと並んでいるよ。

3軒目

お買い物にダキョウは許さないから、まだまだ探し続けます～！

他にライバルさんはいないですか～

ゆーゆ 上半身強化でイメチェン

とにかく、上半身セットで秋コーデを強化したいゆーゆ。どんな組み合わせを選ぶんでしょーか!?

もちろん選ぶのはモノトーンアウター

ゆいのトレードマークのニットベレー(勝手に)。この形好きなんですよぉ。

お決まりだけど、この秋もアウターはモノトーンしか狙ってません(笑)。

スタッズつき流行ってるよね

秋冬は帽子が欠かせないのよ

もこもこベレーカワイイ♡

ニットにボアがついたベレー帽、ちょっと変わってて気になっちゃった。

グレーとブラック選んだよね

でも、やっぱ…… のも気になりだしたー！

このライダース高そうなのに5000円!!　トップスも2000円で、両方フォーエバー21の♪　ニットベレーは原宿のお店で1000円、ストールも原宿の古着屋さんで1500円なの。ゆいの好きなデニムショーパンとコーデしたよ☆

なつぅみ 雑誌コーデ、TOTALでマネしちゃう

なつぅみは、雑誌のまんまコーデを10000円でマネしちゃう！　憧れのすずコーデ、できるかな？

これをマネ！

プチプラのチョー有名店だおー

トータルコーデなら、ジャムピクでしょー！　はい、ジャムピクシーです！

インナーは、あんまり見えないから、シンプルで安いのを選ぶよー！

インナーはシンプルに！

どっちがイイと思いますか??

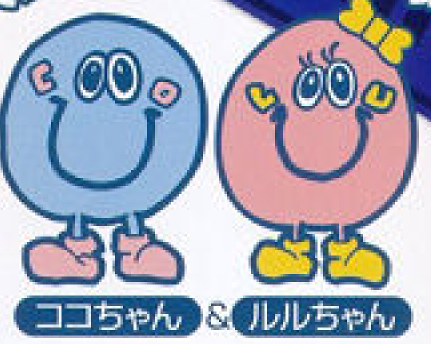
レイヤードしてチェックします

このレザーのハイウエストベルト、525円にはビビるよね。即買い(笑)！

全力の10000円コーデ！　ジャムピクシーと、109、古着屋さんをめぐり歩いて、すずのマネッコ上手くできたよん。チャックシャツとTシャツがジャムピクシー、ベルトがグラントエッジ、ブーツはミハトで、あとは古着屋さんのだよ。

マーチ!! 秋の大運動会

大会オフィシャルサポーター



え～、マイクテストテスト!!　ここで校長からの開会宣言入りま～す。「ただいまからココルル運動会を開催致します!!　本日のユニフォームは夢のココルル秋新作コーデです♥　みなさんケガのないように気をつけて楽しんじゃって下さい」位置について、よーい、ドーーーン!!

Photos ／ Norikazu Hashimoto ＜ f-me ＞　Styling ／ Mayuko Shimano ＜ bloomy ＞　Hair&Make ／ YUZUKO　Design ／ Mina Yagishita ＜ ma-h gra ＞　Thanks ／ PROPS NOW

※この特集に掲載された商品のお問い合わせ先は、P.153にあります。特にクレジット表記のないものは、すべてモデル私物です。

CO&LU's ANSWER!

人気のサロペは引き続きまーす♥

夏に一人一枚状態だったサロペットは、このまま秋まで爆走します!!　素材やカラーが秋っぽくチェンジしてパワーアップしちゃいました!!

この星の一等賞になりたいのココルルであやはっ!!

間宮梨花チャン（17歳）

鈴木あやチャン（19歳）

鎌田安里紗チャン（都立園芸高校2年・17歳）

コーデュロイ

ヒッコリー

ワンショルダー

コーデュロイサロペ6900円、フードつきチェックシャツ4900円、フードつきロンT4900円、ヘアゴム（3つで）500円／すべてココルル、シープスキン338 0円／サルース（サルース新宿ルミネ2店）

ロンT3900円、シュシュ（3つで）500円、スニーカー3900円

ワンショルダーサロペ6900円、スウェット4900円、ニット帽2900円／すべてココルル

CO&LU's ANSWER!

ベストプラスですぐ秋顔☆

夏に着てたロンT×デニムコーデでも、ベストをはおればそっこー秋っぽく変身!!　かんたんな重ね着なのにオシャレっぽく見えるし♥

新作ベストでアゲ↑堂々の選手宣誓!!

ニットベスト

ダウンベスト

カウチンベスト5900円、イヤマフ1500円、ロンT3900円、すそチェックボーイズデニム8900円、ネックレス800円／すべてココルル

ワッペンつきダウンベスト5900円、ヘアゴム（3つで）500円、総柄デニムショーパン4900円、フードつきロンT4900円、スニーカー5900円／すべてココルル

CO&LU's ANSWER!

イエローカード級にカワイイもこもこあります

去年人気だったもこもこは今年はさらに女のコっぽくなってます。パステルカラーのもこもこがかわいすぎて反則ピピッ～!!

もこユニフォームで準備体操1・2・3～

耳あてつきボア帽1900円、ボアマフラー2900円、スウェット4900円、デニムショーパン4900円、シープスキン4900円／すべてココルル

ボアパーカー4900円、ロンT4900円、チノショーパン4900円、ヘアゴム（3つで）500円／すべてココルル　スニーカー5565円／コンバースインフォメーションセンター

第一種目

秋ルルどうなるのっ!?　教えてココルルさん♪

まずはみーんな気になる新作について!!　この秋はどんなカワイイアイテムが登場するのっ!?　絶対手に入れたほうがいいアイテムはどれっ!?　そこんとこ聞いちゃいました。

CO&LU MARCH!! ★ CO&LU MARCH!! ★ CO&LU MARCH!!

杂志迷 zazhimi.com

蝴蝶网 trudie.com

CO&LU MARCH!! ★ CO&LU MARCH!!

もう1年中着ていたい♥

365日 ココルル

パーカー5900円、ロンT3900円、デニムミニスカ4900円、ネックレス800円、シュシュ（3つで）500円／すべてココルル　ウエスタンブーツ5145円／サルース（サルース新宿マルイカレン店）

スウェット4900円、ボーイズデニム8900円、チェックストール1900円、シュシュ（3つで）500円／すべてココルル　スニーカー5565円／コンバースインフォメーションセンター

CO&LU's ANSWER!

古着っぽいゆるさにドキッ♥ ヴィンテージライン はじまってます

ココルルのカラフルアメカジイメージとはちがった、古着っぽい雰囲気がカワイイアイテムが早くも大人気♪　R'sも欲しいと絶叫してます!!

カラーパンツ6900円、ベルト1900円、スウェット5900円／すべてココルル　イヤマフ1575円／SBY 渋谷109店　スニーカー5565円／コンバースインフォメーションセンター

カーディガン4900円、ラグランロンT4900円、デニムショーパン4900円／すべてココルル　ヘアゴム483円／SBY 渋谷109店　スニーカー5565円/コンバースインフォメーションセンター

ロンT4900円、ニット帽2900円、デニムミニスカ5900円、ウエスタンブーツ7900円／すべてココルル

蝴蝶网 hudie.com

[illegible]総ロゴジャージ5900円、ロンT4900円、[illegible]ッペンつきボーイズ[illegible]ニム9800円、ネックレス（2つで）500円、[illegible]ット帽1000円／すべてココルル

ナイロンパーカー6900円、ロンT4900円、総柄デニムミニスカ4900円、ニット帽1000円、スニーカー5900円／すべてココルル

杂志迷 zazhimi.com

CO&LU's ANSWER!

カラフルスポーティアイテムもたっくさん!!

スポーツの秋ですから!!　カラフルなしゃかしゃかパーカーやジャージも出てます。1枚でコーデが元気に&肌寒いときにはおれるし神!!

CO&LU's ANSWER!

プレッピーアイテム着たら青春マンキツ系♥

カーデ×シャツコーデとか、校章みたいなマーク入りとか、カッチリ感がカワイイ制服みたいなアイテムが注目されてるよ~☆

ニット切り替えラグランロンT4900円、チノショーパン4900円、ヘアゴム（2つで）500円、スニーカー3900円／すべてココルル　メガネ1050円／ヴー渋谷109店

ワッペンつきカーディガン4900円、チェックシャツ4900円、ボーイズデニム8900円、パンプス2900円／すべてココルル

第二種目

ウチらがココルルラヴな理由発表!!
秋もかなえてください

みんなの、こんな理由でココルルがスキ! って意見をアンケート調査したら、出てくる出てくるラブコール♥ ココルルしか～ん!! このアツイ気持ちに、ぜひこたえてくれますか??

蝴蝶网

理由1
目立てるふたごチャンコーデがカワイイ♥
秋バージョンが見たい

だってカワイイし目立てるんだもん♪ おススメ秋バージョンは完全イロチなコーデ♥ 早速友達さそっちゃおう。

楽しいことは2倍だし綱引きパワーは200倍♥

フードつきスタジャン5900円、フードつきチェックシャツ4900円、ボーイズパンツ7900円、ニット帽2900円、バッヂ（大）500円、バッヂ（小・3つで）500円、ネックレス1000円、スニーカー5900円／すべてココルル

フードつきスタジャン5900円、フードつきチェックシャツ4900円、ボーイズパンツ7900円、ニット帽2900円、バッヂ（大）500円、バッヂ（小・3つで）500円、ネックレス1000円、ベルト1900円、ブレス（3つで）500円、スニーカー5900円／すべてココルル

理由2
R'sとオソロできるところがイイ♥
新作何買ったのか教えて～!!

ココルルの新作はR'sだってチェック済み。新作アイテムを使った私服を見せてもらったよ。これ買えばみんなでオソロ♥

リアル店員コーデでいらっしゃいませ～

カンタンでカワイイヴィンテージコーデ

ゆるがない人気のアメカジスタイル

ありちゃんは

ニットベスト

フードまわりのファーとトナカイが高得点。

ルルの新作、かわいくてどれを買おうか超迷って決めたトナカイさん。ニットベストって着れる時期が限られるから、秋のうちにたくさん着るよ。ロンTもデニムもルルさんの♥

りかちゅうは

スウェットスタジャン

ハデすぎない配色がりかのお気に入りなの♪

すずは

カウチンニット

楽ちんでカワイイカウチンに注目してます!!

カウチンの星柄とアメリカンカラーがかわいすぎる!! スカートもココルルの。ウエスタンブーツと合わせてヴィンテージ感を出したよ。マニアックで買ったリボンで女のコっぽく♥

ニット帽、ショーパン、ブーツもココルルだよ～!! 古着のTシャツと合わせてゆるカジに仕上げたよ。ココルルはカラフルで大スキすぎる♥ 秋冬はたくさん狙ってるものがあるんだ!!

理由3
見せパンがカワイイ♥
秋もありなの?

夏の見せパンがクセになったキミ♥ だったら秋もGO～!! カワイイ新作見せパンもそろってるし♪

黒地にビビッドカラーのロゴプリントが目立つよ!! みんなに見てもらいたい♥ 見せパン1900円／ココルル

↑ドット見せパン1900円、スウェット3900円、ハーフパンツ6900円／すべてココルル

ウエストのゴム部分にはおなじみのロゴ入り。チラ見せして大イバリ☆ 見せパン1900円／ココルル

理由4
女のコにも男のコにも着られるところがイイ♥

せっかく買う服だもん、たくさん着回したいって意見多数!! 注目の女のコ&男のコスタイルもカンタンに作れちゃう。

デニム&キャップで男のコ気取りもアリ

らくちん女のコだけのコーデ

コレを着回したよ

男のコ

フードつきチェックシャツ4900円、ボーイズデニム8900円、キャップ2900円、ベルト2900円、スニーカー5900円／すべてココルル

ダウンジャケット

フードには取りはずせるリアルファーがついてるよ。ダウンジャケット1万4800円／ココルル

女のコ

パーカーワンピ5900円、ハイソックス800円、ヘアゴム（3つで）500円、シープスキン4900円／すべてココルル

杂志迷 zazhimi.com

理由5
スタイルアップもできちゃうし♥
秋もできるコーデ知りたい☆

いつだって気になる体型問題。ヤセて見えれば見えるほどうれしいのが乙女心です。そんなワガママにこたえるアイテムはコレ!!

オーエス! オーエス!! ってオーエスってなにっ??

オフショルトップスで小顔効果

黒スリムパンツで美脚に

総柄スキニーパンツ6900円、プルオーバーパーカー5900円、スニーカー5900円／すべてココルル ピアス735円／SBY 渋谷109店

オフショルスウェット4900円、デニムミニスカ4900円、キャップ2900円、ネックレス500円／すべてココルル ソックス1575円／靴下屋代官山店 スニーカー5565円／コンバースインフォメーションセンター

柄ロンTはTシャツ重ね着してそで見せしちゃえ!!

ココルルがおしてるコーデはコレ。そでのデザインもこってるロンTが多いから、Tシャツと重ねて見せちゃえ♥

ロンT4900円、Tシャツ3900円、デニムショーパン4900円、サングラス(参考商品)/すべてココルル

ロンT3900円、半そでスウェット3900円、ボーイズデニム8900円、パッチ(3つで)500円/すべてココルル ピアス1280円/[illegible]渋谷店

第三種目

とにかくとにかく!! 新作をたくさん見せてくださ〜い

全国のみなさん、お待たせしました〜!! とにかく新作が見たーいって意見におこたえして、とれたてアイテムをざくざく紹介しちゃいます。じっくり見て、何を買うかよーく考えてね♥

カラフル♥ロンT

この時期気軽に着れるのはロンTでしょ♪ いろんなカラー&形が出てるんです!!

フードつきロンT フードつきロンT4900円、柄パンツ6900円/ともにココルル シュシュ504円/SBY 渋谷109店

ロゴロンT ロンT4900円、デニム7900円、ヘアゴム(3つで)500円/すべてココルル

配色ロンT ロンT4900円、ハーフデニムパンツ6900円、ニット帽1900円/すべてココルル

ラインロンT ロンT3900円、デニムミニスカ5900円、キャップ2900円/すべてココルル

フードつきロンT ロンT4900円、ネックレス800円、ベルト2900円/すべてココルル ピアス630円/SBY 渋谷109店

ぜーんぶほしい!! ボトムでリレー!!

秋のボトムはゆるーいデニムからコーデュロイ素材のものまでそろってます。どれが一番カワイイか、リレーで真剣勝負!!

→コーデュロイミニスカ4900円、ボアパーカー4900円、ラグランロンT4900円、手袋800円、ニットブーツ4900円/すべてココルル

コーデュロイミニスカ

白デニム ボーイズパンツ7900円、パーカー5900円、ロンT4900円、パンプス3900円/すべてココルル

デニムスカート デニムミニスカ4900円、ニットパーカー5900円、ロンT4900円、ヘアゴム(2つで)500円、スニーカー3900円/すべてココルル

ゆるデニム ボーイズデニム8900円、スタジャン9800円、フードつきロンT4900円、ニット帽2900円/すべてココルル スニーカー5775円/コンバースインフォメーションセンター

コーデュロイパンツ コーデュロイパンツ5900円、カウチンニット6900円、ロンT3900円、シュシュ(3つで)500円、フリンジブーツ4900円/すべてココルル

コーデュロイショーパン コーデュロイショーパン4900円、チェックシャツ4900円、ロンT4900円、ネックレス800円、シープスキン4900円/すべてココルル

ショートブーツ ハデな配色が服とマッチ♥ ブーツ5900円/ココルル

スノーブーツ 雪んこっぽいブーツでるんるん。ブーツ5900円/ココルル

ダウンブーツ5900円、ナイロンスタジャン6900円、ラグランロンT4900円、柄ミニスカ4900円/すべてココルル ヘアゴム各378円/ともにSBY渋谷109店

秋はブーツもはきたい

毎年人気のダウンブーツはかわいくリニューアル☆ ボリュームのあるデザインだから脚が細く見える効果もあるよ。

スニーカーも新作ザクザク

出るたびに人気のスニーカーはハデでカワイイ!! 全身ココルルでそろえたいってコは絶対手に入れちゃって♪

スニーカー ドハデピンクなら重くならないよ。スニーカー5900円/ココルル

スニーカー スニーカーにも星柄登場!! スニーカー4900円/ココルル

スニーカー4900円、ダウンジャケット8900円、フードつきロンT4900円、ボーイズデニム9800円、ニット帽1900円/すべてココルル

(右・すず)ニット帽2900円、[illegible]カー5900円、ロンT4900円/すべてココルル (左・[illegible])ニット帽2900円、[illegible]5900円、キャミ1500円、ネックレス1500円/すべてココルル

ニット帽は今年もドハデカモン

定番になったニット帽。今年もドハデにかましますっ!! カワイイのかぶって目立ちたいコは、蛍光カラーならインパクト大☆

蝴蝶网
hudie.com

COCOLULU PLAY LAND

秋、一番にGETしたいのはだ〜い好きなブランドの服!!
ってことでみんなの最愛ブランドココルルがこの秋推す
新作アイテム&最新着こなし見せちゃいます♪

Photo / Norikazu Hashimoto (f-me) Styling / Ryoko Suganami Hair&Make / YUZUKO
Design / Tomomi Hashiba (ma-h gra)

カラフルなボリュームアウターで秋もハジけてこ♪

ZIP配色ダウン9800円、ビッグCパーカー5900円、ロゴラインキャミ1900円、Kロゴデニム8900円、3カラーラインベルト1900円、COLUニットキャップ2900円、スタースニーカー5900円、グラスネックレス500円/すべてココルル

ラビットカウチン6900円、フロントオープンスカート4900円、フラワーベルト1900円、ロゴボアブーツ4900円/すべてココルル

杂志迷
zazhimi.com

COLU

ジャージONのスポーツコーデ、秋も行けマス☆

ヒーロージャージ5900円、ロゴラインキャミ1900円、GSワッペンデニム9800円、アメリカンスターベルト2900円、アーガイルニットキャップ1900円、ネオンロゴショルダーバッグ2900円、ロックブレス500円、グラフィティロゴスニーカー5900円／すべてココルル

サニーファクションジャージ5900円、ロゴラインキャミ1900円、オールスターデニム9800円、アメリカンスターベルト2900円、CO&LUドラムバッグ1900円、ロックブレス500円、サイバースニーカー5900円／すべてココルル

[illegible]5900円／すべてココルル

注目のプレッピーコーデもフードシャツでラフに

オリジナルフードシャツ4900円、スターソニックカーディガン4900円、レギュラーショーパン4900円、エモーションベルト2900円、ケーキネックレス800円、シープスキンブーツ4900円／すべてココルル

COCOLULU

■渋谷109店 6F
■横浜ビブレ店 3F
■名古屋丸栄店 2F
■心斎橋OPA店 B2F
■札幌ALTA店 5F
■大宮アルシェ店 4F
■新潟ローサ店
■ララスクエア宇都宮店 1F
■京都FISMY店 3F
■池袋サンシャインアルタ店 1F
■福岡天神コア店 4F

COCOLULU MEN'S

■渋谷109-2店 7F

CO&LU (COCOLULU SQUARE)

■静岡109店 B1F
■ARIO鳳店 1F
■青森AUGA店 2F
■仙台フォーラス店 8F
■金沢香林坊109店 グラントフロア
■郡山Ati店B1F
■高崎VIVRE店4F
■姫路フォーラス店4F

OUTLET

■浜松ザザシティ店 2F
■小山ロブレ店 2F
■松本ベルモール25店1F

INFORMATION

★名古屋近鉄パッセ7FにNEW OPEN!

オープンを記念して、名古屋限定パーカーを販売するよ!!
(↓写真真ん中の限定パーカー(LADY'S)は4900円。この他にもMEN'Sやminiもアリ☆)
5000円(税込)以上お買い上げのお客様にはオープン記念限定SHOP BAG(写真右)に入れてお渡しします。また、1万円(税込)以上お買い上げのお客様に限定ノベルティー『オリジナルペンケース(写真左)』をプレゼント!!
※すべて数に限りがあり、無くなり次第終了致します。

★アウターフェア開催中!!

6900円(税込み)以上のアウター含め1万円以上お買い上げのお客様にオリジナルニットCAPをプレゼントしてます!!
※柄は選べません ※数に限りがあり、無くなり次第終了いたします。

★さらにノベルティーが!!!

5000円(税込)以上お買い上げのお客様にオリジナルキーホルダーをプレゼント!
※色は選べません ※数に限りがあり、無くなり次第終了いたします。

商品のお問合せ

(株)エクシブ
☎03-3221-8255
(営業時間10:00~19:00 平日のみ)
mobile&PC
www.coandlu.jp

ポップな柄のハデ×2パーカー み~んなで着ちゃうもんね!

コルスターフリースパーカー5900円、ビックCスターロンT3900円、タイダイコーデュロイカラースカート4900円、ファーヘアゴム(3つで)500円、グラスネックレス500円、サイバースニーカー5900円／すべてココルル

コルスターフリースパーカー5900円、ビックCスターロンT3900円、KロゴデニムB8900円、サイバースニーカー5900円／すべてココルル

コルスターフリースパーカー5900円、ビックCスターロンT3900円、タイダイコーデュロイカラーショーパン4900円、ファーヘアゴム(3つで)500円、グラスネックレス500円、グラフィティロゴスニーカー5900円／すべてココルル

モノトーンコーデにインパクト小物1点投入で、即目立ち罪決定!!

モノトーンコーデにインパクト小物を1点投入すれば、ソッコー過激モノトーンの完成☆　初心者でも、簡単にできちゃう！

ちょっとエッジの利いたサングラスが、コーデのスパイスに！　ティアドロップサングラス2520円／JSG　ベスト3999円／アルブム　Tシャツ1995円／バナマボーイ原宿本店　デニムパンツ5145円／クリックス渋谷109店

ロックなテンションがプラスされる、ユニオンジャックモチーフが強れつ！　ユニオンジャックチェーンバッグ5775円／JSG　ロングニットカーデ7980円／ジェイアイマックス　Tシャツ5145円、サロペット6900円／ともにヴァンス渋谷109店　パンプス3675円／ラグジーガール（サルース新宿マルイカレン店）

安井レイチャン（16歳）

スニーカーだって、テカテカ素材を選べばガゼン目立ち度がUP！　スニーカー5900円、スタジャン5900円、デニムパンツ8900円／すべてココルル　キャップ1575円／SBY 渋谷109店

安部ニコルチャン（BLEA女子高等部1年・15歳）

顔周りにギャルっぽさの高い、ひょう柄アイテムがあるだけで印象が強くなる。ひょう柄イヤーマフラー1575円／SBY 渋谷109店　ベスト×Tシャツセット1039円／テリー1号店

ニットパーカー5145円／BLUE MOON BLUE渋谷109店　ショーパン1万1340円／d.i.a. SPEC　ブーツ6195円／サルース（サルース新宿マルイカレン店）

ゼブラ柄なら、どこか個性的なハンサムコーデに。ゼブラ柄ハット2940円／milsaブレスルーム

小物なのにスタッズで存在感バツグン。スタッズウエストベルト2625円／ジュリアーノジュリ

パーカー5985円／リップサービス　Tシャツ1039円／テリー1号店　チェックひらミニ2099円／ジョリー&ディー原宿3号店　エンジニアブーツ6930円／ボニータ渋谷109-②店

インパクト小物1点投入で目立ち罪決定の瞬間をキャッチ!!

インパクト小物の投入で、コーデに過激さがプラスされるんです！　ビフォーアフターで、実証してみよっ☆

で罪なくらい目立つ!!

杂志迷 zazhimi.com

Photos／Tamotsu Nakamura<f-me>　Styling／Ryoko Suganami　Hair&Make／YUZUKO　Design／Mina Yagishita<ma-h gra>　Thanks／EASE、PROPS NOW
※この特集に掲載された商品のお問い合せ先は、P.153にあります。特にクレジット表記のないものはすべてモデル私物です。

蝴蝶网
hudie.com

斉藤夏海チャン（高校2年生・17歳）

モノトーンの中に
目立つアイテムを入れたスタイル、
それがウチらの過激モノトーン☆

フードTシャツ4725円／JSG　ボーダーロンT1995円／アルバム　チュチュスカート4095円／リズリサ ドール（ヴェント・インターナショナル）　ヘアゴム各399円／SBY 渋谷109店　ブレス2625円／ヴァイブラントスパークル　スニーカー5565円／コンバースインフォメーションセンター

秋になると人気が出てくるのが、ちょっと背のびできるモノトーンスタイル。でも、モノトーンってちょっとシンプルなイメージない？　シンプルで目立てないコーデなんて、ウチら興味ないし!!　目立てなきゃ意味なし!!　そんな気持ちから生まれたのが、目立てるアイテムを取り入れた過激なモノトーンコーデ☆　夏が終わっても、過激モノトーンでアゲだぜっ!!

黒・白使ったってアゲてかないとウチらじゃないし♥

過激モノトーン

杂志迷
zazhimi.com

過激モノトーン2大キーワードの キラキラはスパンコール、柄はアニマルを一斉確保!

過激モノトーンの2大キーワードが、「キラキラ」と「柄」。中でも人気のキラキラ系スパンコール、柄系アニマル柄を徹底リサーチ!

ひらミニでのキラキラはチョー流行目立ち罪

スパンコールひらミニ

スパンコールひらミニ1574円／J-マクリー センター街店 カーディガン3900円／ヴァンス渋谷109店 ラグランロンT1995円／WEGO原宿本店 シュシュ1050円／ワンウェイ（プレボワ） スニーカー5565円／コンバースインフォメーションセンター

ギャルの定番アニマルの捕獲プラン実施中です!

ひょう柄パーカー

ひょう柄パーカー5145円／ワンウェイ（プレボワ） ロンT1575円／WEGO原宿本店 サロペット4990円／ピンク ラテ キャップ2900円／ココルル パンプス3675円/ラグジーガール（サルース新宿マルイカレン店）

スパンコールスニーカー

足元でのちょいキラで過激さをかじっちゃう!

スパンコールスニーカー3360円／ラグジーガール（サルース新宿マルイカレン店） ボアベスト1574円／ジョリー＆ディー原宿3号店 サスペつきTシャツ5145円／d.i.a. SPEC ショーパン6195円／ミツマルヘブンアンドアース渋谷109店

スパンコールベスト

流行のベストだって普通じゃつまらないもん

スパンコールベスト3990円／クリックス渋谷109店 ロンT734円／J-マクリー センター街店 デニムスカート7245円／リップサービス レギンス2625円／ジュリアーノジュリ ファーベレー帽3675円／ワンウェイ（プレボワ） パンプス7245円／R&E渋谷109店

ひょう柄ひらミニ

ちょい薄めの素材感が女らしさをプラス

ひょう柄ひらミニ4095円／ジュリアーノジュリ パーカー6195円／セシルマクビー サスペつきTシャツ4095円／JSG ムートンブーツ4900円／ココルル

ゼブラ柄Tシャツ

インナーでチラ見せしてメリハリづけ成功!

ゼブラ柄Tシャツ5775円、デニムスカート1万290円／ともにd.i.a. SPEC パーカー4900円／ヴァンス渋谷109店 ブーツ1万290円／R&E渋谷109店

柄アイテムは、見せ方によって目立ち罪の重度が変化!

キラキラも柄も、アイテムの面積で印象がかなり変わってくるの! 柄アイテムを例にして、目立ち度を調査してみたよ。

柄 80%

ミーハー目立ちたがり屋には圧倒的に総柄が人気!

柄パーカー1049円／ジョリー＆ディー原宿3号店 ロンT734円／J-マクリー センター街店 デニムパンツ7245円／セシルマクビー ハット3990円／milsaプレスルーム パンプス4935円／ランダ（神戸RANDA原宿店）

柄 50%

柄のコントロールでコーデの背のび具合調整

柄スタジャン1554円／テリー1号店 ひらミニ4095円／クリックス渋谷109店 ブーツ6930円／ボニータ渋谷109-②店

柄 30%

優等生モノトーンも柄が加われば個性的に!

柄シャツ4900円、カーディガン4900円、デニムスカート4900円、ニット帽2900円、スニーカー4900円／すべてココルル

蝴蝶网 hudie.com

プラス1テクニックで指名手配級の過激派モノトーンが完成！

もっとまわりに差をつけたいコのために、さらに過激になれるスーパーテクニックを極秘で入手したよ！ ※良いコだってマネしちゃえ（笑）

過激カラー、ネオンとのコンビは最多発生スタイル！

読者やR'sユース内で、最も支持率が高かったのがネオンカラーを差し色に使ったモノトーンスタイル！

小物でネオンピンクを取り入れると、モノトーンアイテムも引き立つっていうスゴワザ！キャップ2625円／ピンク ラテ スニーカー5775円／コンバースインフォメーションセンター パーカー5900円／ココルル デニムショーパン3999円／アルフム

アイテム自体がインパクト大な、JSGのネオンピンクが最高に過激に盛れる[illegible]す！ 柄ワンピ4935円／JS[illegible]ブルゾン7245円／ジ[illegible]アー[illegible]シュ[illegible]1995円[illegible]イア[illegible]クス[illegible]14[illegible]0円／[illegible]シーガール[illegible]宿マル[illegible]レン店）

総柄のアイテムは、柄がネオンになるだけでヤンチャなイメージがグッとUP！柄パーカーワンピ5145円／リズリサ ドール（ヴェント・インターナショナル）スニーカー5900円／ココルル

ネオンの星が散りばめられたプリントは、モノトーンアメカジにピッタリ☆ フードロンT4900円／ココルル スタジャン1554円／テリー1号店 デニムスカート2100円／リバイブ渋谷109店 ニット帽1995円／WEGO原宿本店

ネオンスプレーを振りかけたようなプリントで、ちょっと悪そうな不良気取り（笑）。フードロンT4900円、ボーダーパーカー4900円、スキニーデニム8900円／すべてココルル

ちょいハードなロックスパイスの過激罪が大流行中！

この秋、どのブランドもプッシュしてるロックアイテムをプラスして、ハードに決め込んじゃえ!!

ライダースジャケット7245円／クリックス渋谷109店 タンクトップ1260円／リバイブ渋谷109店 サスペつきデニムショーパン2900円／ヴァンス渋谷109店 ニット帽3045円／SBY 渋谷109店 ブーツ1万2390円／エスペランサ渋谷109店

スタッズロンT3675円／クリックス渋谷109店 ボーダーニットパーカー6195円／リズリサ ドール（ヴェント・インターナショナル） ひらミニ5145円／トゥララ（ヴェント・インターナショナル） リボンヘアゴム（2つセット）1995円／リップサービス エンジニアブーツ1万1340円／R&E渋谷109店

シルエットも過激なやつに要注意！

色や柄以外でも、ちょっと変わったシルエットアイテムで目立つってのもアリなんです！

左右で丈の長さが違うワンピは、オシャレさがどうしても出ちゃうよね（笑）！ アシンメトリーキャミワンピ6195円／d.i.a. SPEC ライダースベスト3900円／ヴァンス渋谷109店

コスプレ!? ってなボリュームのスカートが、モノトーンだから気軽に取り入れられる！チュチュスカート5145円／w♥cヘッドオフィス パーカー2900円／ピンク ラテ

蝴蝶网 .com
杂志迷 zazhimi.com

チェックシャツ6195円、スカート9345円、ブレス3045円、ハット4410円、ブーツ1万5540円／すべてGILFY（ギルドコーポレーション）

チェックシャツ4900円／ココルル ロンT4725円／ヴァンキッシュ（せーの）チュチュスカート5985円／テイライル プレスルーム リボンヘアゴム(2コで)1995円／リップサービス ブーツ4410円／ラクジーガール（サルース新宿マルイカレン店）

チェックシャツ4900円、デニムショーパン4900円／ともにココルル ロンT4725円／バススバンキー（ワールドコンクエスト）ニット帽2500円／ヴァンス渋谷109店 ブーツ3360円／サルース（サルース新宿マルイカレン店）

着てもいーし、はおってもいーし、腰巻きもカワイイし♥

チェックシャツ 着てます

はおっても、巻いてもカワイイ♥　サーフにも、アメカジにも、ロックに着てもカワイイ♥　種類がいっぱいあって人とカブらない♥　もうこうなったらチェックシャツを着ない理由なんてない!!　そこで役立つチェックシャツの着こなしや、着回し術を教えちゃいます。

ひとことで“チェックシャツ”っても、種類はいっぱい!!

チェックのカラーの配色や種類によって、印象もガラリとちがってくるよ。この秋もカワイイチェックシャツがいっぱい♪　自分のやりたいスタイルに合わせて選んじゃおう。

4 ブロックチェック

ブロックチェックとは、上下左右に並んだ正方形を順番に色分けしたチェックのことだよ☆

こんなハデなチェックもあり。イエローが効いてる!! チェックシャツ4900円／ココルル

ピンク×黒は女子が永遠にスキな色♥　チェックシャツ6825円／ヴァンキッシュ(せーの)

大きめのブロックだから、鮮やかグリーンと柄が目立つよ。チェックシャツ4900円／ココルル

3 ワッペンつきシャツ

チェックシャツってシンプルすぎるかも？　って思うコは、ワッペンつきをチョイス!!

パーカーの重ね着風だよ。ワッペンつきチェックシャツ3900円／ヴァンス渋谷109店

赤が目立つ。ワッペンつきチェックシャツ7875円／バススバンキー(ワールドコンクエスト)

ワッペンつきチェックシャツ4900円、デニムスカート4900円／ともにココルル　ニット帽（くまチャームつき）2900円／ヴァンス渋谷109店　ブーツ6930円／ボニータ渋谷109-②店

2 ボアつきシャツ

流行のもこもこがチェックと出会った♪　フードの裏地までもこで、女のコっぽくてカワイイ。

ボンボンがポイント高いでしょ。チェックシャツ6195円／トゥラ（ヴェント・インターナショナル）

アウターっぽく着てもこ見せしちゃえ。チェックシャツ4900円／ヴァンス渋谷109店

ボアつきチェックシャツ2990円／ピンク ラテ　コーデュロイサロペット6900円、ニット帽につけた缶バッチ（大）500円、（小・3つで）500円／すべてココルル　ロンT1995円／WEGO[illegible]店　ニット帽3460円／milsaプレスルーム　スニーカー5565円／コンバースインフォメーションセンター

1 古着系シャツ

くたっとした風合いがカワイイ古着風のシャツは、アメカジコーデとの相性がいいよ!!

よくばりなチェック使い!!　古着系チェックシャツ6195円／BLUE MOON BLUE渋谷109店

フードつきでよりカジュアルな印象だよ。古着系チェックシャツ3045円／WEGO[illegible]店

秋っぽい色使いが雰囲気ある♥　古着系チェックシャツ7140円／ヴァンキッシュ（せーの）

チェックシャツ×デニムなら絶対失敗しない!!

チェックシャツってカワイイじゃん♥　今すぐ着たいけど、何を合わせればいいの?? ってコはとりあえずデニムを合わせてみ!! いろんなスタイルが作れるし、どんなデニムでもサマになっちゃうから!!

チェックシャツ6195円 BLUE MOON BLUE渋谷109店 デニムショーパン2604円／テリー1号店 ロンT2900円／ヴァンス渋谷109店 ニット帽2900円／ココルル

チェックシャツ1995円／ナマボーイ原宿本店 デニムショーパン4900円 ロンT4900円、ニット帽2900円／すべてココルル

×ブラックデニムでロックに

チェックシャツ3900円／ヴァンス渋谷109店 スキニーデニム9345円／リップサービス パンプス3675円／ラグジーガール（サルース新宿マルイカレン店）

チェックシャツ5985円 ワンウェイ（プレホワ） デニムショーパン1万290円、ワークキャップ4095円／ともにd.i.a. SPEC Tシャツ5145円／ヴァイブラントスパークル ブーツ1万1340円／R&E渋谷109店

×デニムショーパンでアメカジに

ブーツ〔?〕チェックシャツ5145円 BLUE MOON BLUE渋谷109店 デニムショーパン3675円 ピンクーラ〔?〕 キャップ1995円／milsaプレスルーム ブーツ〔?〕0円／ココルル

ウチら、週3で

Photos／Norikazu Hashimoto < f-me >　Styling／Ryoko Suganami　Hair &Make／YUZUKO　Design／Tomomi Hashiba < ma-h gra >　Thanks／PROPS NOW　※この特集に掲載されたアイテムは、P.153にあります。特にクレジット表記のないものは、すべてモデル私物です。

チェックシャツ734円／ジョリー&ディー原宿3号店 サロペット7245円／BLUE MOON BLUE渋谷109店 Tシャツ1995円／アルブムキャップ2625円／milsaプレスルーム

×サロペットでゆるカジに

チェックシャツ3045円 WEGO原宿本店 ヒッコリーサロペット6900円、ロンT4900円、スニーカー5900円／すべてココルル ニット帽3360円／BLUE MOON BLUE渋谷109店

×うす色デニムでサーフに

左・右から チェックシャツ734円 ジョリー&ディー原宿3号店 デニムショーパン4900円 [illegible] ロンT3675円 BLUE MOON BLUE渋谷109店 [illegible] 円 [illegible] ブーツ [illegible] BLUE MOON BLUE渋谷109店

蝴蝶网
hudie.com

チェックシャツを重ね着したらコーデが2倍かわいくなる!!

主役にもなるけど、重ね着してもいい味出しちゃうチェックシャツ。合わせるアイテムでいろんな顔が見れちゃう。秋のアメカジは、チェックシャツの重ね着が断然カワイイんです!!

×ニットカーデならプレッピーに

(左・すず)シャツつきカーディガン4900円／ヴァンス渋谷109店 デニムパンツ9800円／ココルル (右・ゆーゆ)ニットカーディガン4900円／ココルル チェックシャツ(タンクとセット)6195円／リスリサ ドール(ヴェント・インターナショナル) ひらミニ1995円／リバイブ渋谷109店 リボンヘアゴム845円／トゥララ(ヴェント・インターナショナル)

×スウェットで古着っぽいゆるコーデ

チェックシャツ4900円／ココルル パーカー4095円／WEGO原宿本店 デニムショーパン9240円／ヴァンキッシュ(せーの) シュシュ504円／SBY 渋谷109店

×ダウンベストでボーイズアメカジ

チェックシャツ4900円、ダウンベスト5900円／ともにココルル Tシャツ1039円／テリー1号店 デニムパンツ1万3440円／w♥cヘッドオフィス

お気に入りのキャラTもシャツをはおれば秋も着られる

チェックシャツ2520円、スヌーピーTシャツ1680円／ともにバナナボーイ原宿本店 デニムスカート3045円／WEGO原宿本店

EASY CD ITEM

このアイテムならコーデがカンタン♪

最初からコーデが出来てるアイテムを買えば、着こなしを悩まなくていーし♪ 初心者さんはこんな便利アイテムから買うのがオススメ。セットものは別べつにも着られるしね☆

重ね着風

Tシャツとシャツがくっついてる

シャツつきスウェット7245円／バズスパンキー(ワールドコンクエスト) カラーコーデュロイパンツ6900円／ココルル ボンボンヘアゴム483円／SBY 渋谷109店 パンプス5145円／minimy(SBY 渋谷109店)

セットアイテム

チェックシャツ＋Tシャツ

チェックシャツ×Tシャツセット4935円、デニムスカート5985円／ともにセシルマクビー ネックレス1995円／ジェイアイマックス ブーティー7980円／エスペランサ渋谷109店

MEN'S SIZE

あえてメンズサイズを選んでアウターっぽく着るのもあり

チェックシャツマスターさんは、サイズ感のちがいで着こなしを変えてみて♪ 同じ柄のチェックシャツでも、大きさの違いを利用すると印象がこんなに変わってくるんです。

男のコものは

大きめだからはおって着る

メンズチェックシャツ4900円、ラグランロンT4900円、キャップ2900円、ベルト2900円／すべてココルル デニムショーパン1499円／ジョリー＆ティー原宿3号店 スニーカー3990円／シャルマン渋谷109店

女のコものは

ピッタリめだからきっちり着る

チェックシャツ4900円／ココルル スウェットカーディガン3045円／WEGO原宿本店 チュチュスカート5145円／w♥cヘッドオフィス バッグ3570円／SBY 渋谷109店 スニーカー6195円／コンバースインフォメーションセンター

CHECK SHIRT CD CYCLE

ホントに着てますってば!!

実録!! 週3でチェックシャツ着回し 3WEEK

週3っておおげさ～って思ったキミ!! チェックシャツの着回しの実力を見せ付けます!! チラ見せたり、はおったり、重ねたり。いろんな着かたができるからこそ、1枚で作れるスタイルの多さに注目～!!

9/21 MON START

今週はコレ

古着のシャツをリメイクした1枚だよ。チェックシャツ 3045円／WEGO原宿本店

9/22 TUE

今日はスウェットからチラ見せした定番アメカジスタイル。スウェット3045円／WEGO原宿本店 デニムスカート4900円／ココルル キャップ1995円／milsaプレスルーム

Ranzuki 発売日

23 WED

24 THU

Event

25 FRI

26 SAT

サロペにはおってアウターっぽく着たよ。サロペット4935円、Tシャツ1680円／ともにパナマボーイ原宿本店 スニーカー5565円／コンバースインフォメーションセンター

27 SUN

大人っぽいコーデをシャツでカジュアルダウン。コットントップス1365円／パナマボーイ原宿本店 デニムパンツ6900円／ヴァンス渋谷109店 ニット帽3990円／ヘッドスター プレスルーム パンプス4935円／ランダ（神戸ランダ原宿店）

9/28 MON

29 TUE

Shopping

今週はコレ

発色のいいグリーンなら、チラ見せでも存在感あり。チェックシャツ 1995円／WEGO原宿本店

30 WED

10/1 THU

シャツを入れてコーデのさみしさを解消♪ パーカー3045円／WEGO原宿本店 Tシャツ4095円／パズスパンキー（ワールドコンクエスト） ひらミニ1049円／J-マクリー センター街店 マウンテンブーツ6195円／WEGO原宿本店

2 FRI

ハデな色使いを活かした元気コーデだってできちゃいます。デニムパンツ9800円、ニット帽2900円／ともにココルル ムートンブーツ[illegible]45円／エスペランサ渋谷109店

3 SAT

Tシャツとダウンでシャツをサンドイッチしたら、ちょっとムズかしめのコーデもクリア。ダウンベスト6900円／ヴァンス渋谷109店 Tシャツ3990円／ヴァンキッシュ（せーの） デニムスカート4900円／ココルル

4 SUN

10/5 MON

Date

今週はコレ

優しいオレンジは秋サーフにぴったんこカラー。チェックシャツ1995円／WEGO原宿本店

ひらミニに合わせて女のコっぽく♥ 全身ベージュ系で秋全快。ひらミニ4935円／セシルマクビー イヤーマフラー5145円／milsaプレスルーム レザーポシェット5145円／WEGO原宿本店 ブーツ1万1340円／R&E渋谷109店

6 TUE

7 WED

シュガー誕生日♥

8 THU

Hair Salon

今日は重ね着。こうすれば半そでだって秋も着られるし♪ 半そでパーカー4095円／BLUE MOON BLUE渋谷109店 デニムショーパン6930円／レイブロッサ クラリティ プレスルーム ブーツ3360円／サルース（サルース新宿マルイカレン店）

9 FRI

GOAL!!

ラフな感じにはおったら、秋サーフの完成～☆ ラグランロンT4410円／パズスパンキー（ワールドコンクエスト） サスペつきコーデュロイショーパン1999円／ジョリーディー原宿3号店 ブーツ7245円／ジェラルダ（MIRANDA原宿店）

10 SAT

11 SUN

この1足で今季のコーデがすべて左右されます!

ビートが合図!!

Photos／Shinji Tozawa
<Luana>
Styling／NANA
Design／Tomomi Hashiba
<ma-h gra>　Thanks／
EASE、PROPS NOW
※この特集に掲載された商品のお問い合せ先は、P.153にあります。特にクレジット表記のないものはすべてモデル私物になります。

声があったのがブーツでした！　そう、やっぱり秋はブーツっていうイメ
回しもきく、そんな神の1足を手に入れるために、どんなブーツが出てる
がなる前に、今すぐ秋ブーツの準備はじめちゃおっ♪

目のブーツは売れてるブーツを指名買い!

ブーツって安くないから、絶対に失敗できないじゃん！　だからこそ、信頼できる人気ブランドの売れてる物が欲しいんです!!

(左・りかちゅう)ニットブーツ1万7640円／リップサービス　ニットトップス4935円／ジェイアイマックス　ひょう柄ミニスカ6195円／JSG　ベレー帽1995円／ワンウェイ(プレボワ)　(右・ニコるん)サイハイブーツ1万8690円、デニムショーパン7245円／ともにリップサービス　スタジャン1万290円／JSG　Tシャツ3990円／ジェイアイマックス　ベレー帽3045円／リルマーヴプレスルーム

リップサービスのニーハイブーツ

背のび系のブーツで注目なのが、アムロちゃんで一時期ブームになったニーハイブーツ♪

パンチのきいたブーツでインパクトコーデ!

おなじみのこいつも今年らしくリニューアル

GILFYのエンジニアブーツ

シープスキンと並んで人気だったのが、エンジニアブーツ。モノトーン好きのコが注目してるよ。

エンジニアロングブーツ5145円、チェックダウンベスト9345円、裏毛ロンT6195円、切り替えスカート7245円、ニット帽3675円、ネックレス3045円／すべてGILFY（ギルドコーポレーション）

フラッグ-Jのウエスタンブーツ

絶対人気間違いなしの、定番ブラウンのウエスタン。刺しゅうのアクセントが今年っぽい！

R&Eのスタッズつきウエスタンブーツ

この秋、スタッズつきのブーツが大量に売れてるみたい。定番のウエスタンで取り入れてみよ！

間宮梨花チャン
(17歳)
ウエスタンブーツ9345円／フラッグ-J渋谷109店　スタジャン8800円、ロンT4900円、デニムショーパン4900円、キャップ2900円、ベルト2900円／すべてフラッグ-J

ヴァレンタインハイのレースアップブーツ

少しゴツめの感じがウケてるレースアップ。女のココーデで、ツンデレではくのが今っぽい！

レースアップブーツ1万5540円、チェックワンピース8295円／ともにヴァレンタインハイ渋谷109店

スタッズつきウエスタンブーツ1万290円　R&E渋谷109店　ファーベスト1995円　原宿シカゴ神宮前店　ロンT1995円　WEGO原宿本店　チュチュスカート5145円　w♥cヘッドオフィス　ネックレス1050円　SBY 渋谷109店　リボン　スタイリスト私物

蝴蝶网 hudie.com
杂志迷 zazhimi.com

秋ファッションのスタートはブーツ

蝴蝶网

秋、何欲しい？　のアンケートで、たくさんの
ージあるもんね☆　カワイくて、トレンドで、着
かチェックしとかなきゃ!!　さぁ、ブザービート

ハズせない1足
人気ブランドの

動きやすくて毎日でもはきたいブーツの神☆

フリンジブーツ7245円／minimy（SBY 渋谷109店）シフォントップス4725円／ボーテ ダンセ渋谷109店　デニムショーパン4095円／w♥cヘッドオフィス

minimyの フリンジブーツ

ちょっとセレブな雰囲気が出るフリンジブーツ。ガールズなカジュアルスタイルと相性◎。

スノーブーツ5900円、ダウンベスト6900円、ロンT4900円、ハーフパンツ6900円、ベルト1900円／すべてココルル

ココルルの スノーブーツ

ダウンブーツと並んで、ちょっと山ガジなテイストなのがこのアウトドアブーツ。

ダウンブーツ5900円、柄パーカー5900円、柄ミニスカ4900円／すべてココルル

ココルルの ダウンブーツ

もこもこボリュームで、脚細効果も狙えるダウンブーツはインパクトのある主役級アイテム。

ニットブーツ7245円／minimy（SBY 渋谷109店）ポンチョ4900円／ココルル デニムミニ3045円／WEGO原宿本店

minimyの ニットブーツ

やわらかさと、カジュアルさが魅力のニットブーツ。ちょいヒールなら、スタイルUPも！

BLUE MOON BLUEの ムートンブーツ

去年の爆発的なぺたんこブームは今年も続行するみたい！　中でもボアつきムートンは絶対です。

安部ニコルチャン
（BLEA女子高等部1年/15歳）

レースアップムートンブーツ7245円、パーカー3045円、デニムショーパン7245円、ニット帽3360円、ベルト5145円／すべてBLUE MOON BLUE渋谷109店

杂志
zazhimi.com

大本命のぺたんこブーツ

シープスキンはガキんちょに エンジニアは背のびではく!

ウチらの毎日ブーツぺたんこ系。この秋は、シープスキンとエンジニアがマストなんです。シープスキンはガキんちょに、背のびならエンジニアで行くのが◎。

ミニボトム&シープスキンはガキんちょ鉄板コーデ

フリンジムートンブーツ4900円、カウチンニット6900円、ロンT3900円、ミニスカ4900円、ベルト1900円/すべてココルル

ニット系ならコンプレックス解消!

ニット部分を、くしゅっとさせれば、ふくらはぎの太さを隠せちゃう。ニットブーツ4900円/ココルル　ニットパーカー6930円、ニットショーパン4935円/ともにレイヴロッサ クラリティ プレスルーム

ショートならラクチンMAX

ショート丈なら、ボーイズデニムのロールアップがベストバランス。ショートムートンブーツ5985円/WEGO原宿本店　チェックシャツ6195円、ロンT4095円、ボーイズデニム7245円/すべてBLUE MOON BLUE渋谷109店　ヘアゴム525円/SBY 渋谷109店

柄でインパクト出す

シンプルなコーデも、柄物でインパクトのあるコーデに変身。ボーダームートンブーツ7245円/minimy (SBY 渋谷109店)　ボアパーカー(参考商品)/ヴァレンタインハイ渋谷109店　ロンT4515円/ミシマルヘブンアンドアース渋谷109店

黒以外でやわらかさUP

もこもことの組み合わせもアリ

ヴィンテージ系でこなれてる風

キラキラ系が登場してる!

キラキラオプションだから、モノトーンでも目立てちゃう!スパンコールムートンブーツ5985円/シャルマン渋谷109店　シャツつきロンT4900円/ヴァンス渋谷109店　デニムショーパン4095円/ナバーナ渋谷109店　ヘアゴム/モデル私物

スタッズつきでロック度アゲ

カラーも注目です

ぺたんこブーツも、カラフルならテンションさらにUP!ピンクムートンブーツ3360円/サルース(サルース新宿マルイカレン店)　ダウンジャケット8295円/トゥララ(ウエント・インターナショナル)　ロンT3900円、ショーパン4900円/ともにココルル

今季はピンクも人気

ちょいヒール&シャイニーで背のび具合イイ感じ~

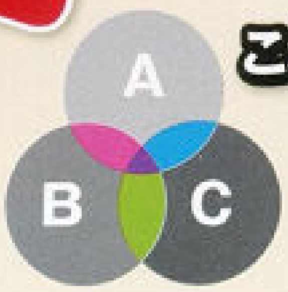
スパンコールエンジニアブーツ6930円/シャルマン渋谷109店　ライダースジャケット8295円、ロンT3045円/ともにワンウェイ(プレボワ)　フリルミニスカ2079円/テリー1号店

蝴蝶网 budie.com
杂志迷 zazhimi.com

ブーツに欠かせない 3大要素で自分にあったベストブーツをGET!

トレンドも大事だけど、やっぱ毎日使えるブーツが知りたい！ ってことで、みんながよくはくブーツの3つの基準をクリアするベストブーツ達を紹介!!

これがブーツ選びの3大要素



A スタイル良く見える
B 歩きやすい
C 色んなスタイルに合う

- A∩B スタイル良く見えて歩きやすい
- A∩C スタイル良く見えて色んなスタイルに合う
- B∩C 歩きやすくて色んなスタイルに合う
- A∩B∩C スタイル良く見えて歩きやすくて色んなスタイルに合う

ブーツ選びに欠かせないポイントを、わかりやすくグラフにしてみたよ。Aのスタイル良く見えて、Bの歩きやすさをかなえてくれるブーツは、AとBの円が重なっているところに当てはまるの。表記ではA∩Bとなるよ。

A∩B スタイル良く見えて歩きやすいブーツ

ブラックのスニーカーブーツ

スタイルUP フィットするタイプのスニーカーブーツだけどブラックだから、脚がスッキリ見えちゃう

スニーカータイプは、走れるくらい歩きやすさバツグン！ ブラックスニーカーブーツ1万290円／ヴァレンタインハイ渋谷109店 ダウンベスト6900円、デニムショーパン2900円／ともにヴァンス渋谷109店 ロンT1995円／ワンウェイ（プレボワ） イヤーマフラー1995円／WEGO原宿本店 ベルト2900円／コルル

ぺたんこニーハイブーツ

ニーハイブーツだけど、ヒールのないぺたんこタイプだから歩きやすい。ぺたんこニーハイブーツ1万2390円／R&E渋谷109店 コンビネゾン7980円／リップサービス チェックキャップ3045円／リルマーヴプレスルーム

スタイルUP 気になる脚をかなり隠してくれるから、脚に悩みのあるコにはうれしいブーツだよね！

ファーつきちょいヒールブーツ

スタイルUP 大ボリュームのファーのおかげで、足首からスラリと見えちゃう！ 少しだけどヒールがあるのも♥

ヒールが低くて、ショート丈だから見かけよりもかなり歩きやすいのにビックリのブーツ。ファーつきショートブーツ（ヒール7.5cm）1万3440円／リズリサ トゥインクル（ヴェント・インターナショナル） オフショルニット6195円、フリルショーパン8295円／ともにリズリサ（ヴェント・インターナショナル）

A∩C スタイル良く見えて色んなスタイルに合うブーツ

インヒールシープスキンブーツ

着回し

インヒールだし、背のびしてもスラっとハマるんです。（ブーツは着回し） カーディガンセット4095円／ナバーナ渋谷109店 スキニーデニム7875円／セルシマクビー ベレー帽（参考商品）／GLAD NEWS渋谷109店

スタイルUP 見た目はぺたんこブーツだけど、中にヒールがかくれてるから体が縦長に見える効果があるよ。

ガキんちょには、ぺたんこだから当然合いますし。インヒールブーツ1万290円／R&E渋谷109店 スタジャン4095円、チェックスカート3045円／ともにWEGO原宿本店 ロンT1995円／ワンウェイ（プレボワ）

ブラックウエスタンブーツ

スタイルUP シャープなシルエットのウエスタンブーツは、ブラックを選べばさらにシャープさがUP。

着回し

アメカジアイテムと相性イイもんねー。ウエスタンブーツ1万290円／フラッグ-J渋谷109店 ファージャケット5985円／セシルマクビー デニムショーパン4095円／ナバーナ渋谷109店 シュシュ399円／SBY 渋谷109店

美シルエットで大人めコーデも破綻。（ブーツは着回し） ボレロつきロンT5145円／リズリサ ドール（ヴェント・インターナショナル） チェックフリルスカート6195円／トゥララ（ヴェント・インターナショナル）

B∩C 歩きやすくて色んなスタイルに合うブーツ

ショートスニーカーブーツ

着回し

ロング丈だともろガキんちょだけど、ショート&ヒールつきならモノトーンコーデでもはけるんです。（ブーツは着回し） ショートスタジャン1万4800円、ロンT4515円、デニムミニスカ5145円／すべてミツマルヘブンアンドアース渋谷109店

ショートタイプで、さらにスニーカーに近づいてラクチン☆ スニーカーブーツ4095円／ラグジーガール（サルース新宿マルイカレン店） ボアワンピース9345円／ヴァレンタインハイ渋谷109店

グレーぺたんこブーツ

着回し

長めでも、楽にはけるのがぺたんこ！ ブーツ6195円／サルース（サルース新宿マルイカレン店） シュシュつきワンピース6930円／セシルマクビー

グレーってだけで、ちょっとこなれた背のびなイメージ♪ （ブーツは着回し） ロンT4095円／ワンウェイ（プレボワ） ジャンスカ5145円／リルマーヴプレスルーム

A∩B∩C スタイル良く見えて歩きやすくて色んなスタイルに合うブーツ

ちょいヒールエンジニアブーツ

スタイルUP ちょいヒールがあるっていうのがポイント！ 歩きやすいギリギリのヒールでスタイルUP。

着回し

エンジニアは、甘めアイテムともマッチ。（ブーツは着回し） ライダースジャケット7245円／チャティー ～アロマ～ プレスルーム ワンピース6930円／レイヴロッサ クラリティ プレスルーム

エンジニアもぺたんこだから、ガキんちょ系OK！ エンジニアブーツ（ヒール5cm）1万290円／R&E渋谷109店 チェックシャツ4900円／ヴァンス渋谷109店 デニムショーパン7245円／BLUE MOON BLUE渋谷109店 ニット帽／スタイリスト私物

ヒール低めウエスタンブーツ

スタイルUP 形がキレイっていうウエスタン愛用者が続出。ウエスタンのシルエットは、美脚狙えるんです！

着回し

古着を使ったガキんちょ系には、ウエスタン鉄板です。ウエスタンブーツ（ヒール6cm）9345円／フラッグ-J渋谷109店 チェックシャツ1995円、ロンT1995円／ともにWEGO原宿本店 サロペット1995円／原宿シカゴ神宮前店

…のウエスタンは、色、形ともに背のび向き！ （ブーツは着回し） フードつきレザージャケット8295円／セシルマクビー ロンT4095円／ミツマルヘブンアンドアース渋谷109店 デニムショーパン4095円／ナバーナ渋谷109店

zazhimi.com

ゆいがこのコーデをスキな理由は、**カジュアルなのに大人っぽく見える**からっ!! でも、**ミニボトムなら大人っぽくなりすぎないし、背が低いゆいでもカンタン**にできるのがいいの。

峯村優衣チャン（BLEA大学1年・18歳）

私服も似たようなコーデが多いの!

ゆいの定番はコレ。ゆいコーデの成分は、毎日がモノトーン&デニムで出来ています。

クラッシュデニム的なシャガデリックのぼろレギンスがポイント!! デニムシャツはZARA、タンクはH&Mのだよ。

シンプルコーデだから、原宿で買ったストールをプラスしました。コンバースの黒スニーカーでカジュアルダウン♪

ZARAのゆるT×スライの黒ショーパンを、スパイラルガールのデニムベストで印象チェンジ☆ レギンスで秋感出したよ。

モノトーン

ゆるトップスでゆったり

ミニボトムでしめる

ちびっこでも大人盛りできる

ゆーゆシルエットの ゆるトップス×ミニボトム

カードは結局

ゆーゆの私服って、いつもオシャレだし大人っぽい。なんでなんでっ!? って秘密はモノトーンでまとめてることプラス、全身コーデのシルエットにあったのだ!! しかもゆーゆみたいなちびっこでも、ばっちり背のびコーデができちゃうの♪ その秘訣、知りたいでしょ?

Photos／Norikazu Hashimoto<l-me> Styling／Ryoko Suganami Hair&Make／YUZUKO Design／Tomomi Hashiba<ma-h gra> Thanks／PROPS NOW ※この特集に掲載された商品のお問い合わせ先は、P.153にあります。特にクレジット表記がないものは、すべてモデル私物です

ジレ1554円／テリー1号店 ロンT4515円／ミツマルヘブンアントアース渋谷109店 デニムショーパン6195円／JSG ベレー帽4095円 ヴァイブラントスパークル ブーツ1万2390円 エスペランサ渋谷109店

蝴蝶网 hudie.com 杂志迷

ゆいのワガママをかなえてくれる魔法のコーデだよ

(上) ボリューム ゆるトップス

(下) ぴったりめ ショーパン

パーカー6195円、ハット4095円／ともにミツマルヘブンアンドアース渋谷109店　チュニック5145円／ワンウェイ（プレボワ）　デニムショーパン1049円／ジョリー&ディー原宿3号店　スパンコールスニーカー3360円／ラグジーガール（サルース新宿マルイカレン店）

ゆるトップス×ショーパンでつくる ♥（ハート）上ボリュームシルエット

ストールつきゆるニット4935円／ワンウェイ（プレボワ）　デニムショーパン7245円／リップサービス　ハット2940円／millsaプレスルーム　ブーティー7980円／エスペランサ渋谷109店

チェックシャツ7245円、ロンT4515円、バッグ7245円／すべてミツマルヘブンアンドアース渋谷109店　デニムショーパン3999円／アルブム　ブーツ7560円／ランダ（神戸RANDA原宿店）

ファーつきライダースジャケット9345円／ヴァイブラントスパークル　ゆるT×ボーダータンクセット5565円、デニムショーパン6195円／ともにミツマルヘブンアンドアース渋谷109店　ブーツ／スタイリスト私物

レイヤードカーデ6195円、デニムショーパン9345円、ニット帽3675円、ブーツ1万5540円／すべてGILFY（ギルドコーポレーション）

大切なのはシルエット！

同じように見えるけど、ビミョーにちがうんです笑!!

♥（ハート）♠（スペード）シルエットならちびっこゆいでも背のびできちゃう

ゆーゆの身長は155cm。それでもバランスよくモノトーンを着るには、シルエットが重要なんです!!
ゆる×ミニでスタイルよく見せちゃうコーデを紹介します☆

ゼブラ柄ニットパーカー7245円／ミツマルヘブンアンドアース渋谷109店　スパンコールひらミニ5145円、カチューシャ1050円／ともにワンウェイ（プレボワ）　ニーハイブーツ7980円／シャルマン渋谷109店　インナータンク／スタイリスト私物

もこもこパーカー7980円、Tシャツ4935円／ともにデイライルプレスルーム　チュチュスカート4935円／ジェイアイマックス　ブーツ1万1340円／R&E渋谷109店

ゆるトップス×ひらミニでつくる ♠（スペード）下ボリュームシルエット

ボーダーロングカーデ1049円／ジョリー&ディー原宿3号店　ロンT4095円、チェーンバッグ5145円／ともにワンウェイ（プレボワ）　ひらミニ4095円／クリックス渋谷109店　キャスケット3045円／ヴァイブラントスパークル　ブーツ1万2390円／R&E渋谷109店

(上) ゆるめ カーデ

(下) ひらミニ スカート

ひらミニのボリュームで太ももが細く見えるんです♪

チェックシャツ1049円／ジョリー&ディー原宿3号店　タンクトップ5145円／ヴァイブラン[illegible]チュチュスカート[illegible]／ジェイアイマックス　スニーカー5565円／コンバース[illegible]ンフォメーションセンター

ライダースジャケット9345円／ヴァイブラントスパークル　Tシャツ3990円／バブラス（ワールドコンクエスト）　ひょう柄ハイウエストスカート4095円、ウエストベルト2625円／ともにジュリアーノジュリ　パンプス7245円／R&E渋谷109店

zazhimi.com
hudie.com

ゆいのコーデは実は簡単!!
シンプルなアイテムだけでできちゃいます!

モノトーンでまとめてると、ちょっとむずかしく見えるでしょ？ でも全然そんなことないの。こんなにシンプルなアイテムだけで完成するのだ!! 楽してオシャレに見えちゃってゴメ〜ン笑♥

私服も似たようなアイテムを買っちゃうの!!

なんでって聞かれても困る!! 気づいたらモノトーンのアイテムばっかり集まっちゃうの!! でも結局それしか着ないし、ちょっとしたちがいにこだわってます。

ゆるトップス

ピタっとしたのはスキじゃないの。素材はTシャツでもテロテロなのがスキ。わかる笑？

ZARAで買ったトップスは、ゆるすぎずピタじゃないサイズ感がお気に入り。

モノクロのフォトプリントトップスもゆいの定番だよ。このタンクはH&Mで買ったんだ。

ミニボトム

ショーパンかひらミニしかほぼはきません!! 脚がキレイに見える丈や形にこだわってるよ。

黒も便利♪ これもスライで、ハイウエストだからトップスを入れても出しても使えるの。

このスライのショーパンも超使ってる。シンプルだし、伸びる素材のものがはきやすいよ。

ビジューつきタンク×ボレロセット5145円、ベレー帽1995円／ともにジュリアーノジュリ デニムショーパン1万2390円／バブラス（ワールドコンクエスト） ブーティ5145円／ラグジーガール（サルース新宿マルイカレン店）

パーカー7245円、Tシャツ5145円、スカート6195円、スニーカー1万2390円／すべてGILFY（ギルドコーポレーション）

チェックシャツ1680円、コットンブラウス1995円／ともにパナマボーイ原宿本店 デニムショーパン6195円／ミツマルヘブンアンドアース渋谷109店 ポシェット6510円／ヴァンキッシュ（ゼーの） ムートンブーツ5145円／エスペランサ渋谷109店

手抜きじゃなくて、これがスキなんです笑!!

秋になっても基本コーデにアウターを着るだけで完成♥

ゆるトップス×ミニボトムって夏じゃん、って思ったあなた。甘いですよ♥ だってコレにアウターはおれば、秋コーデだってできあがりです♪ しかもどんなアウターでも合うんです!!

もこもこパーカー6930円／ジェイアイマックス ボーダータンク1995円／ワンウェイ（プレボワ） ハイウエストスカート×レギンスセット3045円／クリックス渋谷109店 パンプス6930円／エスペランサ渋谷109店

もこもこパーカー × ひらミニ

重ね着風ミリタリージャケット1万290円、タンクトップ5145円、ショーパン7245円、ニット帽3675円、ブーツ1万5540円／すべてGILFY（ギルドコーポレーション）

ミリタリージャケット × ショーパン

ニットロングカーデ5985円／セシルマクビー ボーダーロンT1999円／アルブム デニムショーパン4900円／ココルル ベレー帽3045円／ジュリアーノジュリ ネックレス1050円／クリックス渋谷109店 ブーツ6930円／ボニータ渋谷109-②店

ロングカーデ × ショーパン

スタジャン1万290円／JSG Tシャツ5145円／ヴァイブランドスパークル ひらミニ4935円／セシルマクビー スニーカー5565円／コンバースインフォメーションセンター

スタジャン × ひらミニ

蝴蝶网 udie.com
杂志迷 zazhimi.com

コーデがマンネリ化してきたら……
シンプルだからこそ小物で差をつけてます

さすがに毎日同じかもって思ったら、カワイイ小物で差を出せばいいんです。もちろん投入する小物もモノトーンだよ。これなら全身のまとまりはそのままで、ちょっとちがったコーデが出来ちゃうんです♪

ストール使って印象チェンジ

首まわりがさみしいときはコレ。ロンTでもストールをプラスすればなんか高級感が出る気がしない笑? 小顔効果もあるしね。

ストール2520円／JSG ロンT3045円／ワンウェイ（プレボワ） デニムショーパン1万290円／d.i.a. SPEC

たらせばIライン効果でスラッ!!

ゼブラ柄ストール2940円／クリックス渋谷109店 ロングカーデ3990円／セシルマクビー ロンT734円／J-マクリー センター街店 デニムショーパン4900円／ココルル ブーツ7560円／ランダ（神戸RANDA原宿店）

もの足りないときは帽子をプラス♪

普段ヘアアレンジって、あんまりしないかも。でも帽子をかぶればオシャレっぽく見えるのだ!! だったらかぶるでしょ♪

ハットでかっこよく

ハット2900円／ヴァンス渋谷109店 Vネックニット4935円／ジェイアイマックス 星ネックレス1575円／JSG デニムショーパン1万290円／d.i.a. SPEC

ニットベレーで女らしく

ベレー帽2625円／ヴァンキッシュ（セーの） Tシャツ（ひょう柄ストールつき）3990円／ジェイアイマックス デニムショーパン1万290円／d.i.a. SPEC

ブーツは黒!! ボリュームのあるタイプで脚細効果を狙ってます☆

秋は毎日はいちゃうのがブーツ。黒を選べばどんなコーデにも合うよ。カジュアルなデザインを選べば、お姉さんになりすぎ防止になります!!

ウエスタンブーツ

ウエスタンブーツ6930円／R&E渋谷109店 パーカー5985円／ワンウェイ（プレボワ） ボーダーチュニック1575円／リバイブ渋谷109店 デニムショーパン5900円／ココルル

フリンジブーツ

フリンジブーティー3129円／テリー1号店 Tシャツ5145円／ミツマルヘブンアンドアース渋谷109店 デニムショーパン1574円／ジョリー&ディー原宿3号店

エンジニアブーツ

エンジニアブーツ6930円／ボニータ渋谷109-②店 ストライプロングカーデ5985円／ワンウェイ（プレボワ） ロンT2498円／アルブム ひらミニ4725円／ボーテ ダンセ渋谷109店

スタッズつき

ロックっぽいバッグはモノトーンにハマる バッグ7245円／イブランドスパーク

チェーンバッグ

たまにはこんなインパクトがあるものもイイかも♥ チェーンバッグ5775円／JSG

スパンコール

スパンコールバッグ7245円／ミツマルヘブンアンドアース渋谷109店 ラグランロンT3675円／ジュリアーノジュリ トレンカつきショーパン3900円／ヴァンス渋谷109店 パンプス7245円／R&E渋谷109店

バッグはシンプル服に映える個性的なものを選ぶよ

コーデのアクセントになるような、フリンジつきとか変わったバッグがスキ。他が落ち着いてる分目立つから、バッグ選びは慎重にね。

蝴蝶网 hudie.cn
杂志迷 zazhimi.com

ヴィーナスアカデミー 2010年度4月生 募集コース

高校卒業以上の方対象

ビューティスペシャリスト学科【2年制】
- ☆ ヘア&メイク専攻
- ☆ ビューティアドバイザー専攻
- ☆ ネイルアート専攻
- ☆ エステティック専攻
- ☆ ファッションスタイリスト&プレス専攻
- ☆ ブライダルコーディネーター専攻

トータルビューティ学科【1年制】
- ☆ トータルビューティコース

1年速成学科【1年制】
- ☆ ビューティアドバイザーコース
- ☆ ファッションスタイリスト&プレスコース

週1受講学科【土曜日集中/1年制】
- ☆ トータルビューティコース
- ☆ ネイルアートコース
- ☆ エステティックコース

ヴィーナスアカデミーハイスクール 2010年度4月生 募集コース

中学校卒業以上の方対象

入学願書受付中!
- ☆ トータルビューティ専攻【1～3年制】
- ☆ ダンス&ビューティ専攻【1～3年制】

★高校卒業資格も同時に取得できます
★高校転・編入もOK!

平日&土曜日開催の校舎見学会 OPEN SCHOOL オープンスクール 無料

★ 夜の9時まで開催!
学校やショッピングの帰りにお気軽にご参加ください。

★ プチ体験レッスンもできます。
メイク・ネイル・エステ・カラー など

参加特典 ★ヴィーナスオリジナルミラー

ご予約 0120-21-8885 event@s-venus.com

学校案内パンフレットは下記いずれかの方法で。 無料

かんたんメール請求
rz99@s-venus.com
ケータイからもOK!
※タイトル・本文ナシの空メールを送信してください。コチラから請求フォームを送信します。
※ドメイン指定受信の場合は"@s-venus.com"からのメールを受け取れる設定にしてください。

インターネット
www.s-venus.com

フリーダイヤル
0120-21-8885 月～土 9時～21時

日本メイクアップ技術検定協会 認定校 / 日本ネイリスト協会 JNA認定ネイル専門校 / 日本エ[illegible]ティック協会 [illegible] / 日本ブライダル振興協会 指定校 / 日本マナー・プロトコール協会 認定校 / 日本人材教育協[illegible]イクセ[illegible]検定[illegible] / 日本アロマ環境協会【アロマテラピー検定】法人会員 / 日本リフレクソロジスト認定機構【リフレク[illegible]検定】[illegible] / 全国美術教育者連合会【A・F・T色彩検定】法人会員 / 日本きもの振興会【きもの文化検定】法人会員 など

Venus Academy
Total Beauty School ヴィーナスアカデミー
〒150-0022東京都渋谷区恵比寿南3-1-8

蝴蝶网
hudie.com
zazhi

うす盛りメイク

ガチ盛りメイク

蝴蝶网
hudie.com

鈴木あやチャン(19歳)

マシュマロスキンならポイントメイクがひときわ目立つ!

塗りまくりメイクは品がないし、もう古い!

ここがうす盛り

1. ベースがナチュラル! ファンデをうすくていねいに塗ったマシュマロ肌は接近戦でも超キレイだよ♥
2. シャドウやラインがうすくて自然。その分、つけまつ毛がとっても効果的でバサバサ感が目立つ!
3. 内側からふわっと湧き出るようなチークが愛らしい! 自然にほおが色づいているようなナチュ感が○。

うす盛りといっても、実はベースもちゃんと作っているし、アイメイクやチークも手を抜いてるワケじゃない。足し算、引き算が上級テクってコト!

Change

ここがガチ盛り

1. ベースを塗りまくり! ファンデの量も多いけれど、ノーズやハイライトもこすぎてかっついてる!
2. 頑張りすぎたアイメイクが、かえって残念。シャドウやアイラインがこすぎると老け顔になっちゃう。
3. チークがおてもやん! こすぎるチークは健康的に見えるを通り越して、ただケバいだけだよ。

実力以上に見せてくれるガチ盛りメイクは確かにカワイイ! でも、いかにも頑張って盛りましたって感じはもう古いって知ってた?

すずもやってる!

作り込んでいるのにナチュラルにかわいく見せるメイクが流行中!

うす盛りメイク

杂志迷
zazhimi.com

とにかく盛って盛って盛りまくる! なんてメイクはもう古い!! ギャルのメイク事情もすっかり秋冬気分へ移行しちゃって、最近ではナチュラルに見せて実は盛ってる"うす盛り"が主流だよ。盛ってる感が薄いから、男のコにだって大好評♥

Photos／Ken Ogawa<will creative>　Hair&Make／Toshihito Tamura<DIMPLY>　Text／Mie Arisumi　Design／Yoshihito Okada<ZEN>

※この特集に掲載された商品のお問い合わせ先はP.153にあります。特にクレジット表記のないものはすべてヘアメイク私物です。着用している

の基本はアイメイクにあり!

うす盛りはうす盛りなりに、目元だけはちゃんと作り込むってのが大事! ただし、肌色に近いベージュやなじみやすい色みを選んで!

ばシャドウがうすくても盛れる!!

シャドウをうす〜くなんて不安だけど、今は"つけま"があるから大丈夫。ボリュームタイプの上つけま&下つけまで盛れるんです!

下まつ毛の場合

下まつ毛もマスカラだけでは実力不足。カットしたつけまつ毛をより自然につけてみて!

うすシャドウ
＋
盛りつけま
＋
盛りマスカラ

盛れるつけまとマスカラはコレ!

盛れるつけまの条件

1 毛の量が多いものは、それだけで簡単にボリュームがUPできる!
2 毛が長いものも◎。ただし、不自然なほど長くないものをチョイス。
3 根元のラインが黒いものを選べば、同時にライン効果もGETできる!

盛れるマスカラの条件

1 とにかくマスカラ液は黒に限る! 濃密な漆黒なら、なおさらよし!
2 まつ毛にボリュームを出すために、ボリュームタイプをチョイスして。
3 まつ毛が少ないコには、毛の量がプラスできる繊維タイプがオススメ。

a.2ペア入り。ビューティーネイラー ーリーアンダーラッシュ DUL3 525円/ムラキ b.黒色顔料の配合量が多く、太さをより強調。スーパー ブラック ボリュームアップ マスカラ 001 3360円/アナ スイ コスメティックス

その他の使用アイテム

c.メイクマニア スパークル グリッター BR 924円/B&Cラボラトリーズ

上まつ毛の場合

ギャルメイクのレギュラーアイテム入りをした上つけまつ毛。ちゃんと盛れるタイプを覚えて!

うすシャドウ
＋
盛りつけま

盛れるつけまの条件

1 とにかく毛の量が多いもの。ボリュームタイプと書いてあるものが正解。
2 束っぽくなっているもの。お人形のようなバサバサEYEが手に入る!
3 根元が黒いタイプなら合いライン効果も狙えてダブルで盛れる!

盛れるつけまはコレ!

その他の使用アイテム

c.ピュアミネラル コンシーラー 01 945円/メイベリンニューヨーク d.メイクマニア スパークル グリッター BR 924円/B&C ラボラトリーズ e.スーパー ブラック ボリュームアップ マスカラ 001 3360円/アナ スイ コスメティックス

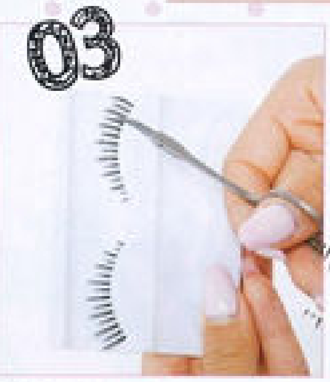
a.ブラックとブラウンの天然毛をブレンドした上質なつけまつ毛はプロのヘアメイクさんにも愛用者多数! アイラッシュ #7 1470円/M·A·C b.エキゾチックな束タイプ。5ペア入り。ビューティ ネイラー アイラッシュバリューパック エキゾティックフレアー 1260円/ムラキ

01 アイシャドウを太めに入れる

ヌーディなシャドウを下まぶたに太めのラインっぽく入れて、まつ毛を生かす目元に仕上げるよ。

02 ビューラーをかけてマスカラを塗る!

ビューラーを逆に持って下まつ毛をカールさせる。マスカラを縦に持って1本1本にマスカラ液をからめる。



03 下つけまはカットして使うと自然!

下つけまつ毛はハサミで数束ごとにカット。ケースにつけたままカットすると、飛び散らずに上手くできるよ。

カットしたつけまはコレ!

1つのかたまりが、だいたい3〜5㎜くらいになるようにカット。今回は5つに分けたよ。

04 下つけまは目尻側からつけると簡単

まず目尻側の位置をビシッと決めて、そこから1〜2ミリ離して内側へつけていく。黒目の下ぐらいまでが自然だよ。

盛りつけまの作り方

01 マスカラを塗って地まつ毛を強化!

地まつ毛にeのマスカラを塗って、濃さとハリを出す。こうしておくと、つけまつ毛とのなじみも格段によくなるよ。

02 フルタイプのつけまを毛抜きでつける

aのつけまつ毛をつける。中央部分を最初につけて、目頭から目尻方向へ押しつけるようにくっつける。

03 目尻用のつけまをさらに重ねる!

目尻側にbの部分用つけまつ毛を重ねる。目尻側を足すと、ゴージャス感が倍増するし、目の幅も広がって見える。

ガチ盛りとの違い!

シャドウもラインもこいブラウンやブラックでぐるっと囲んだ目元は肝心のまつ毛が目立たない! うす盛りならまつ毛が際立つ!

うすシャドウの作り方

01 コンシーラーでくすみをオフ

cのコンシーラーをうすく塗ってまぶたのくすみをとる。何も塗らないヌーディより、作ったヌーディが今っぽい!

02 スポンジで軽く叩いて伸ばす

スポンジで肌になじませる。このとき、引っ張るとスジになるから軽く叩く感じで。目の下にも伸ばして。

03 アイホールにツヤっぽい質感を

dのシャドウをアイホールからまゆ下まで伸ばす。さらに下まぶたにも太めにONして質感を演出。

杂志迷 zazhimi.com

うす盛りメイク

蝴蝶网
hudie.com

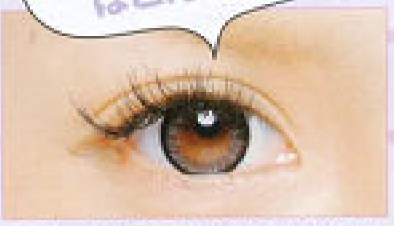
極力色みを抑えた目元はつけまつ毛が最強に盛れる!

1 まつ毛を盛れ

すずはまつ毛エクステで地まつ毛を盛っている!

すずは、実はまつ毛エクステ派。ケアをちゃんとすれば、つけまつ毛よりラクかも!?

面倒くさがり屋だし、のりがはがれたりしないからまつエクはラク! 盛り度もつけまと変わらないよ。



1番カールしたもので、100本+束8束をつけ、目尻強調のデザイン。つける量&カールタイプしだいで、つけまつ毛並みに盛れるよ♪

すずが通うお店はここ! ラブカール

㊟東京都渋谷区恵比寿1-13-3 メゾン113 3F
☎03-3445-8887
営11:00~21:00（新規最終受付19:30）休月曜日
メニュー／初回につき両目60本6800円、80本9800円、100本1万3500円 ※Ranzuki読者への特典「すずちゃんコース」両目100本+束8束で、初回キャンペーン価格1万6780円をRanzukiを見た方限定で1万1980円に!（2009年10月末日まで有効）

2 アイシャドウ×アイラインのバランスが大切!

シャドウもラインもうすくしちゃったら、のっぺり顔になるだけ! シャドウとラインのバランスが大事です!

こいシャドウ×うすライン

シャドウをこいめにして目ヂカラを出すぶん、ラインはインサイドに細く入れるだけ!

a.ニュアンス出しとして使えるヌードベージュ。アイステュディオ シャドウ 09 630円／メイベリン ニューヨーク b.柔らかい芯で負担なく理想のラインに。パワーポイント アイペンシル スタボーン ブラウン 2310円／M·A·C c.深みのあるココアブラウン。メタリック アイシャドウ 23 3360円／ボビイ ブラウン d.ロングラスティング処方でにじまない。リキッドラスト ライナー ポイント ブラック 3255円／M·A·C

ベージュシャドウでまず質感を作る

パール粒子の入ったaのヌードベージュをアイホール全体にブラシで広げる。色をつけるというより、シャイニーな質感を出す感じ。

ブラウンのラインを太めに入れる

bのブラウンラインを目頭から目尻まで入れる。あとでシャドウを重ねるから、太めに入れても大丈夫。色はソフトなブラウンで。

ラインの上にブラウンシャドウを重ね塗り

02で描いたラインの上にcのブラウンシャドウを重ねる。ブラウンラインの柔らかさをシャドウで広げてボカすイメージで!

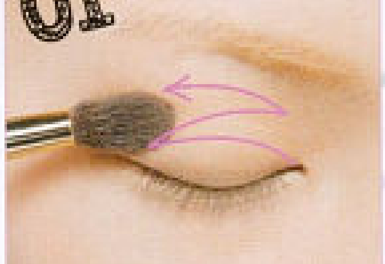
キワだけはブラックライナーで引きしめ

ブラウンのライナーとシャドウのままだと目元にしまりがないから、キワだけはdのリキッドで細ラインをIN。このひと手間が大事。

うすシャドウ×こいライン

シャドウはできる限りうす〜くして、ラインで引きしめと目ヂカラを演出することも可能。

a.肌なじみのいい黄味がかったゴールド。メタリック アイシャドウ 18 3360円／ボビイ ブラウン b.超定番の濃密ジェル。ロングウェア ジェルアイライナー 01 2940円／ボビイ ブラウン c.安定した描き心地のフエルト筆タイプ。インパクト エクスプレス アイライナー N 01 1260円／メイベリン ニューヨーク



うすい色みのシャドウをまぶたに広げる

シアーカラーのaのシャドウをアイホールに伸ばす。ハイライト効果も狙えるから、まゆ骨下まで広げておくよ。

ジェルライナーでまつ毛の根元に引く

まつ毛の根元を埋めるようにbのジェルライナーで目頭から目尻まで2〜3㎜幅のラインを描く。目尻は5㎜延長。

まぶたを持ち上げて粘膜にもラインを描く

まぶたを持ち上げてcのリキッドライナーでインサイドラインを引く。シャドウがうすい分、ラインはしっかり。

杂志迷
zazhimi.com

るとうす盛りメイクがキマる!

うす盛り初心者さんは、目元以外をナチュラルに仕上げるように心がけて。これだけで、激カワのうす盛り顔が絶対できるから!

蝴蝶网

1 ハイライト、シェーディング、チークを内に入れてナチュラルに

ナチュラルなベースといってもファンデのみはNG!
ハイライトなどを内側に閉じ込めて、自然っぽく見せるテクを!

使用アイテム

a.保湿化粧下地。アテンションブリーズ CAクリーム 30g 1575円/フィッツコーポレーション b.肌色を整える下地。プレップ プライム スキン エンハンサー イルミネイト 30ml 4200円/M·A·C c. スタジオ スカルプト NC30 43g 4725円/M·A·C d. スティック コンシーラー 03 2625円/アナ スイ コスメティックス e.フェイス パウダー シアー カラレス 20g 4725円/シュウ ウエムラ

ベースメイクの手順

- 下地
- ファンデ
- コンシーラー
- ハイライト
- シェーディング
- チーク
- お粉

01 保湿効果の高い下地を全体に

aの下地を顔全体に。秋の空気は乾燥しているから、保湿成分が多めに配合されたものを選んで。

02 プレファンデは下地と混ぜる

bのベースとcのファンデを1:1の割合で混ぜる。これで肌にしっくりとなじんだ色に!

03 スポンジで素早く伸ばす

02で混ぜたベースファンデを顔全体に塗る。スポンジを使ってすみずみまで素早く広げて。

04 コンシーラーでトラブル隠し

dのスティックコンシーラーで目の下のクマ・小鼻まわりの赤み・まぶたや口角のくすみをカバー。

ハイライトをここでやる!

Tゾーン、目の下、あご先にハイライトを。薄いピンクのコントロールカラーで健康的にON。

このアイテムがオススメ

油性のしっとりタイプだから伸びもイイ。スティックファンデーション 150 1890円/チャコット

こい色のファンデでシェーディングを!

こい色のファンデを生え際・こめかみ〜エラ・ほお骨の下・まゆ頭下〜鼻筋横において伸ばす。

このアイテムがオススメ

肌の上でなめらかに伸びて、サテンのような艶やかな仕上がりに。ノバラ クリーム スティック ファンデーション 754 4830円/シュウ ウエムラ

練りチークをこいめにほおにON

練り系のチークは粉の上からつけると粉をひっぱって筋になっちゃうから、粉より前につけておくよ。

このアイテムがオススメ

抜群のフィット感。ボビイ ブラウン シアー カラー チーク ティント 6 3675円/ボビイ ブラウン

08 お粉はたっぷりと塗る!

eのお粉は目のまわり以外にはたっぷりのせ、筆を回転させてなじませつつ、余分なお粉をオフ。

安井レイチャン(16歳)

杂志迷
zazhimi.com

アイメイク以外はナチュラルに仕上げ

蝴蝶网

2 目元を盛ればまゆ毛とリップは控えめに

うすいベース作りは分かったけれど、まゆやリップはどーすんの？　ズバリうすくするのが正しい答えです！

リップはピンクで控えめに

ヌーディにしがちなリップだけど、色みがあるほうが"うす盛りメイク"が映える！　キュートなピンクがオススメ。

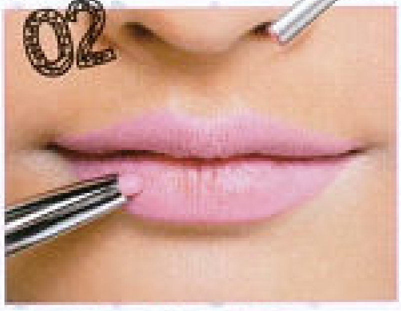
使用アイテム

a.メイベリン ライン アンド デザイン リップライナー 103 630円／メイベリン ニューヨーク　b.ルージュ アンリミテッド PK343 3150円／シュウ ウエムラ

01

リップペンシルで輪かくをしっかりふちどる

aのリップペンシルで、まず中央の山・口角・下唇の底辺をていねいに描き、それから周囲をつなげて全体の輪かくをふちどる。



02

そのままペンシルで内側も塗りつぶす

リップペンシルで内側も塗りつぶすよ。ペンシルは輪かくだけ、と思ってるコも多いけど、中を塗りつぶしておくとリップの色が映えるよ。

03

ブラシでリップを唇全体に塗る

リップブラシを使い、bのピンクリップを唇全体に塗る。直塗りよりもムラなく均一に塗れるから、リップブラシは絶対に使ってね！

まゆ毛はボカして控えめに

ついしっかり描いちゃうまゆ毛だけど、うす盛りメイクのときは、まゆ毛もうすく描くのがお約束。ただし、太さはやや太め。

使用アイテム

a.アイステュディオ スリム アイブロウ 03 840円／メイベリン ニューヨーク　b.アイブロウ フリング 2415円／M・A・C　c.ラブクローバー ファイバーイン アイブロウカラーズ N モカブラウン 1470円／B&Cラボラトリーズ

01

まゆ頭はうすめのブラウンで毛を1本ずつ描き足す

まゆ頭はaのめのブラウンペンシルで描く。毛流れに沿って1本1本描き足すイメージで描くと、とっても自然な仕上がりになるよ。

02

まゆ山からまゆ尻にかけては1トーンこいブラウンで

まゆ山からまゆ尻にかけても同様に描き足していく。まゆ頭よりもしっかり描きたいから、1トーンこいブラウンペンシルにチェンジ。

03

仕上げにまゆマスカラで全体にカラーリング！

まゆの色がこいと悪目立ちしちゃうから、実際のまゆ色よりもうすいブラウンのまゆマスカラをON。毛先だけじゃなく、根元にも忘れずに。

目元のメイクはコレ！

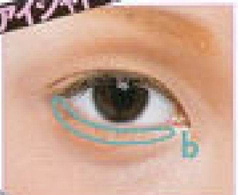
ベースメイクがうすい場合は、色を使った目元より、ヌーディな色味のアイメイクがバランスも◎！

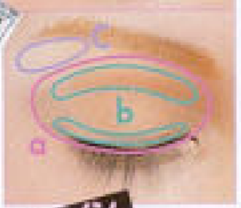
すっきり切れ長アイの場合は、アイシャドウをダブルラインのように入れて立体感を出してから、つけまつ毛で盛ると、よりパワーUP。

アイシャドウ

使用アイテム

ハイライトからしめ色まで、これ1つで完璧。アイステュディオ ダイヤモンドグロウ 01 1365円／メイベリン ニューヨーク





一番左と左から2番目の2色を混ぜたaをまぶた全体に伸ばす。同じように右と右から2番目の2色混ぜたbを目のキワとアイホールのくぼみにもライン状にのせる。最後にcをまゆ骨下に。

アイライン

使用アイテム

コシのある筆先で理想のラインに。リキッド アイライナー N 001 2625円／アナ スイ コスメティックス

目のキワから目尻まで、ほぼ目の輪かく沿いに引く。黒目下から目尻にかけて太くしていって。

つけま

使用アイテム

a.目尻を強調。マギーメイ アイラッシュ 12 1050円／コージー本舗　b.ビューティネイラー アンダーアイラッシュ UND-5 735円／ムラキ

上つけまは、目尻にいくほど毛が長くなるタイプを使用。下つけまはやや束感のあるものを。

うす盛りメイクに最適！オススメアイテム紹介♪

うす盛りにオススメのアイテムをヘアメイクさんが厳選！　迷ったらコレを買えば大丈夫。

シャドウ

クリームシャドウのような艶やかさのアイシャドウ。ペイントポット インディアンウッド 3045円／M・A・C

クリーミィな質感のシャドウ。シャドウの下地にも使える。クリーム カラー ベース シェル 2940円／M・A・C

粒子が大きく輝度の高いパールを配合。アイカラー アクセント 703 2625円／アナ スイ コスメティックス

上つけま

目元がクロスしたタイプ。優雅でリッチな目元に。TAKAKO スタイル アイラッシュ 08 1260円／コージー本舗

まつ毛を適度にボリューム出して、長く魅せる。マギーメイ アイラッシュ 03 1050円／コージー本舗

チーク

化粧ポーチの中で場所をとらないコンパクトさ。ミニ ブルジョワ ブラッシュクレーム 02 840円／ブルジョワ

アイライナー

ゴールドラメが輝くダークブラウンのアイライナー。ルガール エフェ メタリゼ 52 1050円／ブルジョワ

下つけま

長短の毛が規則的に並んだタイプ。ビューティネイラー ドーリーアンダーラッシュ DUL-2 525円／ムラキ

ひと重さんや奥ぶた重さんのうす盛りメイクの注意点！

目元の印象がうすいひと重&奥ふた重のコは、まず目元を盛る！

ひと重や奥ぶた重のコは

メザイクでふた重にしておこう！

ひと重や奥ふた重のコはまぶたがすっきりしちゃってるから、まつ毛だけを盛りすぎちゃうとバランスがヘン！　まずふた重を作ろう。

化粧ポーチの必需品！　簡単にふた重になれる。メザイク（120本入り）／編集部私物

01

理想のラインをつけたい位置に描く

付属のスティックなどでラインを探っておこう。実際の二重ラインより少し上がベストだよ。

02

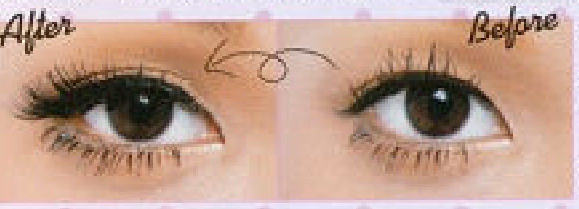
アイプチなどで接着力をパワーUP

アイプチやふた重のりなどを最初に塗っておくと、メザイクの接着力がよくなって、持続力がスゴイ！

03

メザイクはピンと張ってつける！

たるみのないようにピンと張って、まず真ん中からつける。左右をつけたら、余った部分をカットして。



メザイクでふた重にしてから、つけまつ毛をつけた状態がコレ。まぶたがスッキリした分、つけまがマッチしてるでしょ？

奥ふた重のままの目は、ちょっとまぶたが厚ぼったい。この状態につけまつ毛をつけても、あまり盛れないし、バランスが悪い！

蝴蝶网 ZZHOO.com

季節はすっかり秋で、制服日和デス!! って初耳? 夏休みの間あんまり着なかった制服を着られるし、制服コーデが楽しめる気候=秋ってこと♪ 学生のコは、着れんの今のうちなんだから流行りを押さえて、しっかり盛っちゃってー♥

Photo Shinya Nagatome Styling Yuko Tomioka<bloomy> Design Sachie Nishizawa<ma-h gra>

※この特集に掲載された商品のお問い合わせ先は、P.153にあります。特にクレジット表記のないものはすべてモデル私物です。バッグのクレジット表記にある( )内の数字は、バッグのサイズをタテ×ヨコ×マチで表したものです。

盛ってきマス!

夏の制服コーデをおさらいっ!

まず、みんな夏はどんな感じの制服コーデしてたかをおさらいしよう! 暑さと戦いながらも、制服盛りには余念がないのだっ!

夏でもJKアイテムを!

暑いのはガマンして、ベスト着てる! このほうがJKっぽいし。(中山祥香チャン・17歳)

夏は白かすずしげ♪

夏でも長ソデを巻いて着てる。白だから見た目がすずしげでしょ?(あひるチャン・16歳)

半そでカラーシャツ

半ソデのブルーシャツにネクタイを巻いたよ♪(まきやんチャン・17歳)

JC・JKらしいから着たい!! カーデの季節トーーライ★

カーデを使いこなしてこそJC・JKってもの! 夏は暑くて着られなかった分、秋からがっつりカーデを活用していこ～☆

人気は ユニクロか ノーブランド

ユニクロ

色もサイズも豊富で、値段も安いのでJC・JKの定番。ユニクロのカーデ モデル私物

ノーブランド

ユニクロに並んで人気なのがノーブランド。安さが決め手みたい! カーデ モデル私物

ユニクロは色が豊富だからイイ♥

山田史織チャン(BLEA女子高等部2年・16歳)

うちはユニクロのダークグレーを愛用中♪ 人とかぶりにくい色を見つけられるからユニクロのカーデ大好き! しかも安いし(笑)。

定番のユニクロ・ベージュなら間違いない!

ガッコー指定の制服とも相性いいからベージュが好き♪ ユニクロはくったくたになるまで着たおせるから、お気に入り!

人とかぶらないところもイイ～

渋谷のショッピングセンターで買ったカーデだよ。厚手で伸ばしてるから、着心地がめっちゃいいの! 人とかぶらないよ☆

古着屋でテキトーなカーデを発見☆

カーデはJKっぽいからベージュが好き♪ ブランドにはこだわらず、安いものを使ってる。これは古着屋さんで買ったんだ～。

温度調節できるから、カーデって便利♪

鎌田安里紗チャン

JKニコるんは基本のベージュを着こなす☆

安部ニコルチャン(BLEA女子高等部2年・15歳)

カーデ腰巻きで脚細効果アリ!?

左:カーデ6195円、シャツ4095円、ネクタイ1890円 すべてキャンディーシュガー(よつばテーラー) スカート8925円/よつばテーラー バッグ5250円/チャーム1785円/SBY 渋谷109店 ソックス1050円/靴下屋(タビオ) ローファー5145円/ハルタ販売
中:カーデ6510円/エーアールコノミ(コノミ原宿店) シャツ3255円、バッグ4990円 ともにビバリーヒルズ ポロクラブ(コノミ原宿店) スカート8925円/よつばテーラー リボン1680円/キャンディーシュガー(よつばテーラー) ヘアゴム各399円、チャーム1785円 すべてSBY 渋谷109店 ソックス1890円/靴下屋(タビオ) ローファー5565円/ハルタ販売 右:カーデ6195円、スカート1万3650円、リボン1365円/すべてキャンディーシュガー(よつばテーラー) シャツ3360円/スクールグッズKURI-ORI リュック1995円/大中 原宿店 シュシュ504円/SBY 渋谷109店 ルーズソックス1890円/靴下屋(タビオ) ローファー6615円/ハルタ販売

学年別ガッコー制服コーデ

※ありちゃんはホントは2年生だよ!

3年 大人の色気とか意識しちゃう3年♥

就職・進学をひかえてたり、落ち着きたかったりで、3年はおとなめ。カーデ6195円、ネクタイ1890円 ともにキャンディーシュガー(よつばテーラー) シャツ3360円/スクールグッズKURI-ORI スカート1万290円/エーアールコノミ(コノミ原宿店) ソックス945円/靴下屋(タビオ) ローファー5145円/ハルタ販売

2年 好奇心旺盛で目立ちたがりが2年☆

2年はとにかくテーハーに! カーデ6195円、シャツ3780円、リボン1680円 すべてキャンディーシュガー(よつばテーラー) スカート9240円/スクールグッズKURI-ORI シュシュ609円/SBY 渋谷109店 ソックス1890円/靴下屋(タビオ) ローファー5145円/ハルタ販売

1年 1年はあまり崩さず好感度高めで♪

すべてのアイテムを、好感度が高い清楚めな色を選べば、先輩ウケ良し! カーデ6510円/エーアールコノミ(コノミ原宿店) シャツ3780円、スカート9970円、リボン1365円/すべてキャンディーシュガー(よつばテーラー) ソックス1050円/靴下屋(タビオ) ローファー6615円/ハルタ販売

人気の色はコレ!

人気の色は、今年も変わらずこの3色だったよ。かぶりたくない派のコは、逆に他の色を探してるみたい。アナタはどれにする?

3位 グレー / 2位 紺 / 1位 ベージュ

左:グレーカーデ6195円/キャンディーシュガー(よつばテーラー) 中:紺カーデ6510円/エーアールコノミ(コノミ原宿店) 右:ベージュカーデ6195円/キャンディーシュガー(よつばテーラー)

他にもこんな色があるよ♪

黒 / ピンク / 水色

左:黒カーデ6195円/キャンディーシュガー(よつばテーラー) 中:ピンクカーデ6510円/エーアールコノミ(コノミ原宿店) 右:水色カーデ6510円/エーアールコノミ(コノミ原宿店)

一青のカーデってめずらしいでしょ♪ ぼっちゃまみたいじゃない!? ガッコー指定の水色のシャツとも合うから、お気に入りだよ!

サイズ感はこんな感じ!

手が半分隠れる

スカートが半分隠れる

カーデ6195円/キャンディーシュガー(よつばテーラー) シャツ3255円、スカート9870円/ともにビバリーヒルズ ポロクラブ(コノミ原宿店)

蝴蝶网 hudie.com
杂志迷 zazhimi

JC・JKのうちに、オンでもオフでも着たおすのだ☆

秋制服は、こうやって

こなれてる感出したいなら、カラーシャツはマスト!

カーデを着るにはまだ暑い今の時期、制服コーデの主役はシャツになる率高し！　だから、カラーシャツはマストアイテムなのです。

人気のカラーシャツはこんなの♪

人気のカラーはダントツでピンク！　ブランドはイーストボーイに人気集中してるよ。EAST BOYのピンクシャツ／モデル私物

左：ピンクシャツ4095円／ロコネイル（コノミ原宿店）　スカート1万3650円／キャンディーシュガー（よつばテーラー）　カーデ（参考商品）／スクールグッズKURI-ORI　バッグ4890円／SBY（渋谷109店）　右：水色シャツ3300円、スカート9240円／スクールグッズKURI-ORI　ネクタイ1890円／キャンディーシュガー（よつばテーラー）　シュシュ315円／パリスキッズ原宿店

天野いおりチャン（3年・18歳）

田中まり恵チャン（3年・18歳）

ニコルのガッコーは制服自由だから、好きなの着てる！　今はイエローが気分なんだ～♪　ネクタイはしたりしなかったりだよ。

この水色のシャツは、ユニクロで3000円くらいだったよ。ガッコー指定のグレーのスカートとも合ってさわやかでしょ♪　ヘビロテ中！

EAST BOYの赤系ネクタイと合わせたピンクのシャツ。リボンよりネクタイの方がカラーシャツには合う気がする！

上：水色シャツ3255円／ビバリーヒルズ ポロクラブ（コノミ原宿店）　左：EAST BOYのオレンジシャツ／モデル私物　右：イエローシャツ3780円／キャンディーシュガー（よつばテーラー）

ベスト5040円　スクールグッズKURI-ORI　シャツ3780円、ネクタイ1890円、バッグ4725円／すべてキャンディーシュガー（よつばテーラー）　スカート8870円　ローファー4095円／ハルタ販売

人とかぶりたくないコは、ベストでプレッピーしてる!

みんながやってる制服コーデと差をつけたいコは、ベストを活用してるよ♪　これから買おうと思ってるコ、必見です!!

ベスト×ネクタイでプレッピーなのに、アクセはハデ！　が最近のお気に入り☆

ベスト使いは、こんな所がイイ!

平山友理チャン（3年・18歳）

かほていチャン（3年・18歳）

くつとリボン以外、全部イーストボーイなの！　紺ベスト×白シャツってシンプルでイイ♪

ベストは、キャンディーシュガーのグレー。リボンのワンポイントがおすすめだよ♥

人気のベストはこんなの♪

左：ベージュベスト4515円／キャンディーシュガー（よつばテーラー）　中：水色ベスト4980円／スクールグッズKURI-ORI　右：黒ベスト4515円／キャンディーシュガー（よつばテーラー）

ベストは、グレーでこなれた感じを出すのが人気。大きすぎないサイズがちょうどイイよ☆　EAST BOYのベスト／モデル私物

杂志迷 zazhimi.com
蝴蝶网 hudie.com

放課後はヘンシンして街へ

ガッコーでは、先生や先輩の手前おとなしめにしてるコも、放課後街に出るときはヘンシンするのだ！　どこが変わったのかチェックしてみて、アナタも明日試してみる!?

生徒会長も放課後は遊んじゃう♡

美咲選手チャン（高校3年生・17歳）

ココヘンシン

学校ではマジメな生徒会長で通ってますから！　スカートは学校指定だけど、ミニにするだけでこんなに変わるよ♪

もはやコスプレってほどヘンシン☆

椎名 ひかりチャン（中央中学校3年・14歳）

ココヘンシン

ガッコー指定のセーラー服を脱ぎ捨てて、テーハーJCにヘーンシン♪　ポイントはあこがれのカーデと、ピンクのネクタイかな〜!!

ココヘンシン

カーデ腰巻き
カーデは腰巻きにすると、こなれてる感が出るし、JKっぽい気がする！　寒くなったら着りゃいいしね♪

ココヘンシン

シュシュ
学校ではつけてちゃいけないアクセも、放課後はつけちゃう♪　シュシュはハデかわいくて◎！

ココヘンシン

ネクタイ
古着屋でゲットしたネクタイにチェンジして、他のコに差をつけよう♪　絶対かぶらないのだ〜。

ココヘンシン

ヘアアクセ
ヘアアレンジをチェンジ！　パステルカラーのリボンアクセつけるだけで今年っぽくて盛れるのだ☆

基本的JKスタイルです！

ヘンシン

ヘンシンもしたし、これからどこ行こっかな♪

ココヘンシン

スカート
学校指定のスカートが気に入らないのなら、放課後はきかえちゃえ！　しかも超ミニにしたらアゲ！

ココヘンシン

ルーズソックス
紺ソからルーズへのチェンジは定番ヘンシンアイテム！　やっぱこれはかないとJK感でない気がする。

右上：カーデ6195円、スカート9975円　ともにキャンディーシュガー（よつばテーラー）　シャツ3360円／スクールグッズKURI-ORI　リボン1680円／ビバリーヒルズポロクラブ（コノミ原宿店）　ソックス840円／靴下屋（タビオ）　ローファー4095円／ハルタ　左下：シャツ3360円／スクールグッズKURI-ORI　ネクタイ1995円／原宿シカゴ神宮前店　ヘアゴム315円、ネックレス315円／ともにパリスキッズ原宿店　シュシュ420円／大中 原宿店　バッグ4410円／エーアールコノミ（コノミ原宿店）　ワッペン・缶バッチ・キーホルダーすべて（3コセットで）各500円／ココルル　ソックス1890円／靴下屋（タピオ）

ガッコー指定以外の制服買うならこのSHOP★

コノミ

左から：ピンクシャツ4095円／ロユネイル（コノミ原宿店）　バッグ（24cm×42cm×15cm）4410円／エーアールコノミ（コノミ原宿店）　リボン1680円、スカート9870円／ともにビバリーヒルズ ポロクラブ（コノミ原宿店）　ベージュカーデ6510円／エーアールコノミ（コノミ原宿店）　イエローシャツ3255円／ビバリーヒルズ ポロクラブ（コノミ原宿店）

スクールグッズKURI-ORI

チェックシャツ3360円、マフラー1950円、リボン2000円／すべてスクールグッズKURI-ORI

キャンディーシュガー

リボンのポイントがかわいくて人気のSHOP。

スカート1万3650円、ルーズソックス1470円、ローファー4515円／すべてキャンディーシュガー（よつばテーラー）

huo....com

ガッコーのちっさいリボンにさよなら

ココヘンシン

ガッコー指定のリボンが小さいからイヤなんだ。だから放課後は、でっかくて目立つリボンに変えて、ヘンシン♥

紺野 亜梨沙チャン（高校3年生・18歳）

さっちチャン（都立永山高校3年・18歳）

制服には赤が目立つから、ドンキで2000円だったネクタイをオン！　ガッコーじゃ女子はネクタイだめなんだよね〜。

ココヘンシン

アクセつけれるだけつけてる!!

ココヘンシン

とにかくアクセをじゃらづけして街へ!!　大好きなココルルアクセと、大好きなエルモグッズでアゲ〜!!

かにゃにゃチャン（BLEA女子高等部3年・18歳）

ルーズ最長のコは
150cm＋80cm＝230cm

ルーズは長いほどエラいとか!?　最長記録は宏織チャン片足各2本使いの230cm!!

やっぱルーズはいてたい!!

ココヘンシン

紺ソも好きだけど、やっぱ放課後はJKっぽいルーズでいたい!!　シャツもカラーに変えればこんなにアゲ制服コーデに☆

白井里歩チャン（横浜清陵総合高校3年・17歳）

ネクタイのがインパクトある♥

長野 有里奈チャン（小山南高校2年・16歳）

ココヘンシン

ガッコー指定のリボンは小さくてサゲ！　放課後は、彼氏のネクタイを借りてヘンシンしちゃってます♪

ヘンシンアクセを買うならココ★

エル・チャンス

左から：デニムシュシュ735円、手じょうネックレス1890円、ピンクフープピアス1365円／すべてエル・チャンス

パリスキッズ

右から：くちびるイヤリング315円、ハートネックレス315円、ターコイズ6連ブレス315円／すべてパリスキッズ原宿店

ココルル

上から：星ブレス各500円、星ネックレス1000円、もこもこシュシュ（3つで）500円　すべてココルル

キャワイイ小物も制服にはかかせない♪

制服コーデを盛るのにかかせない小物たち！　各ブランドから乙女心をくすぐるアイテムが出てるから、手に入れなきゃソンだよ～。

便利なのに盛れる♪ サブバッグもこだわれっ！

[illegible]JC JKは、サブ[illegible]必須アイテム！　でもどうせ持つならキャワイイ[illegible]持ち歩きたいでしょ♥

サブバッグもアメカジしてみた★

サブバッグ1995円／BLUE MOON BLUE 渋谷109店　シャツ3780円／キャンディーシュガー（よつばテーラー）　スカート9340円、バッグ5250円／ともにスクールグッズKURI-ORI　チャーム（価格未定・10月発売予定）／SWIMMER プレスルーム

左から：フリースバッグ1680円（21cm×32cm×12cm）／SBY 渋谷109店　ロゴバッグ1995円（35cm×41cm×17cm）／大中 原宿店

リップサービスのショップ袋をサブバッグに

バッグを盛るなら チャームをつけよう♪

お気に入りのチャームをつけるだけで、バッグが超盛れるよ♥　いろんなタイプがあるので、アナタ好みのコを見つけちゃおう★

赤いバッグにピンクのケアベアって最強♪

このリラックマ、ハズせないの♪

ゆいぼんちゃん（BLEA女子高校2年・16歳）

おから：アイスパスケース840円／BLUEMOON BLUE 渋谷109店　きのこチャーム（価格未定・10月発売予定）／SWIMMER プレスルーム

上から：ウサギチャーム1260円、バナナポーチチャーム1260円／ともにSBY 渋谷109店

ガッコー行くのもうきうきしちゃう♪

チャーム1785円／SBY 渋谷109店　ウォレットチェーン500円、缶バッチ各500円、ワッペン（3つで）500円　すべてココルル　カーデ6510円、スカート12290円　ともにエーアールコノミ（コノミ原宿店）　シャツ3360円、リボン1890円、バッグ4095円　すべてスクールグッズKURI-ORI

©DISNEY

あったか盛り♪ 冬小物を先取りっ！

もこもこのふわふわでキャワイイ冬小物の季節がそこまで来てるっ！　誰より早くゲットするために、新作をチェックしとこー♥

イヤマフ

上から：ボアチェックイヤマフ1575円、ひょう柄イヤマフ1575円／ともにSBY 渋谷109店　ピンクイヤマフ1500円／ココルル　ホワイトイヤマフ3465円／ヘッドスター プレスルーム

完全防備であったか盛り～

イヤマフ1500円、マフラー2900円／ともにココルル　グレーミトン1680円／SBY 渋谷109店　シャツ3360円／スクールグッズKURI-ORI　カーデ6510円／エーアールコノミ（コノミ原宿店）　スカート13650円／キャンディーシュガー（よつばテーラー）

マフラー

上から：パープルもこもこマフラー2900円／ココルル　チェックマフラー3045円／BLUE MOON BLUE 渋谷109店　ゼブラストール2520円／JSG　ミント×リボンファーマフラー1890円／SWIMMER プレスルーム

手袋

左から：もこもこピンクミトン800円／ココルル　ブラックリボンドット手袋1680円、ブルーミトン1680円／ともにSBY 渋谷109店

名前入りジャージがサイキョーだって!!

いつでも盛ってたいけど……、体育祭はマジっす!!!

ギャルとは言えど、体育祭はマジでスポーツしちゃってます！　そして、体そう服にもそれぞれのこだわりがいっぱいだよ☆

髪をしっかりまとめて、気合充分☆

ムラサキに白字で「山田」ってステキ♥

ジャージでもちろんルーズ★

ジャージは、中学んときの着てる～！

うちのジャージは別色なんだけど、彼氏のジャージの色のが好きだから、こっちを愛用中☆

なつっみはカレジャージで大暴れ!!!

やっぱジャージは名前はいってなきゃ!!

3年3組のサンサンパワークラスT！

らくちんスタイルで、ホームランねらうよ!!

これトランクスだけど、それでもOK♪

ショーパンのが動きやすいしカワイイ♥

ハチマキってテンションあがるよね♪

あたしんとこもジャージが自由なので好きなの着てます。髪はジャマなのでおダンゴにしてる☆

ダンス部部長です！ 音楽担当だけど♪

体育祭でも大好きなココルルと一緒♪

「わきあいあい」Tの背中には[illegible]

クラスT

「男は度胸、女は愛嬌」

3年1組、3[illegible]みんなの似顔絵入り♥

クラスポロシャツってめずらしくない？

クラT集まれ～☆

ニコるんとこの高校は、体そう服の指定が[illegible]

体そう服とか自由だしっ♪

なんで今、ラフ巻きなの??

ファッションが夏から秋へとシフトしたと同時に、一気にブレイクしたラフ巻き。いったいどんなところがみんなのハートをつかんだの?

1 とにかくラク!!

★ブロッキングが少なくていいい!

きっちりコテで巻く場合はブロッキングも細かくキレイにやらなくちゃだけど、この巻き方はラフに巻くだけだからブロッキングも手抜きでOK。

★巻き終わった後の仕上げで、うまくまとまる!

コテで巻くときにちょっと失敗しちゃっても、最後にラフにくずすから大丈夫なの！　仕上げのスタイリングでごまかせるのが人気の理由。

2 女のココーデとのバランスがとれる!!

ゆるカジやスウィートなサーフ系ファッションが流行ってるよね。そんなスタイルに、バッチリキメキメのヘアってやりすぎ!?　服とのバランスを考えたら、やっぱりラフ巻きがお似合い！ってことで、ゆるカジブームの後押しもあって、ラフ巻きの人気急上昇！

ガーリーミニスカはルーズなラフ巻きで攻略

あったかニット帽には大きめAライン巻き♥

パーカー4095円、中に着たTシャツ1995円、スカート3675円／すべてWEGO原宿本店　ブーツ3360円／サルース（サルース新宿マルイカレン店）

サロペット7245円、スウェット6195円、帽子4095円／すべてヴァレンタインハイ渋谷109店　ソックス1260円／靴下屋（タビオ）　スニーカー5565円／コンバースインフォメーションセンター

3 地毛とエクステがなじむ!!

すずが証言!!

やっと見つけた、自分に合った巻き髪♪

髪を巻くと、短い地毛の部分だけがエクステから浮いて不自然になってたのが、ずっと気になってたんだ。それでいろいろ試行錯誤していたんだけど、ブロッキングをどんどん少なくして巻いてみたら、はじめて、地毛が浮かずに、エクステになじんだの！　しかも、やりすぎにならないこのヘアスタイルは、あやのコーデにも合ってて。だからあやは、自分で髪を巻くときは、いっつもこの巻き方なんだ～♪

今までの巻き方とどう違うの??

ラフ巻きと今までの巻き髪ってどこがどう違うの?　っていう疑問もあるよね?
そこで、ラクちんポイントを分かりやすく解説しておこう!

1 ブロッキングがラク

Back

トップの地毛とエクステを分けるだけ!!

毛の長さに差のあるトップの地毛とエクステ部分を分けるだけ。あっけないくらいのブロッキングでしょ!?

もこもこシュシュが大活躍!

もこもこシュシュでサクッと結ぶだけ。適度にゆるいから結び跡がつかなくていいんだよ。

Side

ヨコから見るとこんな感じ☆

2 知っておくべき巻きはこの1種類!!

★ねじり内巻きのやり方

1 毛束を2回転ほど内にねじる

毛束をエクステ3～4本分くらい引き出し、それを内側（顔側）に2回転ほどグルグルねじる。

2 根元から10cmの位置をはさむ

32mmのコテで根元から約10cmの部分をはさむ。ねじりが元に戻らないように毛先は持ったまま。

3 コテを毛先まですべらせる

コテのはさみを軽くゆるめながら、毛先方向へとすべらせるようにスライドし、毛先まで巻き込む。

4 この巻きは外巻きにも応用可能

ねじり内巻きは外巻きにも応用できちゃう。外巻きのときは、ねじりも外回転、コテも外巻き。

3 どんなコテでもできる!!

19mmのコテ

38mmのコテ

ストレートアイロン

普通の巻き髪は、なりたい巻き別にコテも変えなくちゃいけないけれど、ラフ巻きならそんな面倒はなし!!　極細の19mmなら1回に巻く毛束の量を増やせばいいし、38mmなら減らせばいい。さらに、ストレートアイロンでもラフ巻きはできる！

4 1度にコテに巻きつける毛の量が多い!!

目安はエクステ3～4本!

コテに巻きつける毛束の量が多いほうが、ダンゼン時間短縮になるにきまってる！　目安はエクステ3～4本分。きっちり巻かなくてもいいから、忙しい朝でもガシガシ巻けてラクちん。地毛よりもエクステのほうがクセづきにくいから、キープ時間はやや長めにしてね。

ク巻きです

スタイリングしているんだけど、まるで手をかけていないみたいなラフ巻きが、今マジでカワイイ! 流行りの女のコファッションともハマるし、何といってもスタイリングが簡単だしね～♪　早く覚えてマネしなくちゃ乗り遅れちゃうよ!!

Photo／Ken Ogawa (will creative)　Hair&Make／BOTAN　Styling／Mayuko Shimano (bloomy)　Text／Mie Arisumi　Design／Yoshihito Okada (ZEN)

zazhi.com huadre.com

津覇貴実チャン（18歳）

カーディガン8295円、中に着たTシャツ5775円、ブーツ1万290円／すべてヴァレンタインハイ渋谷109店　ショートパンツ4900円／ココルル　リング2520円／ヴー渋谷109店

オシャレなコはもうやっていた!!

鈴木あやチャン（19歳）

2009年10月号
スナップに来たすずは、太めのコテで、キャップから見える部分だけを巻いてるよ！

2009年10月号
この日のゆーゆヘアは、結んでいない髪の、毛先部分だけを巻くという究極のラフ巻き☆

山中佑美チャン（BLEA大学2年・20歳）

2009年10月号
ゆみにゃんは、コーデがセクシーな分、ラフに巻いてカジュアル感を出してるっ!!

安部ニコルチャン（BLEA女子高等部1年・15歳）

2009年10月号
この日のニコるんは、ゆる〜く巻いて、くせ毛っぽいラフ巻きをつくってるよ♪

ラフに広がる巻きが新鮮！リッチなリラックス感♪

“あえてつくりこまない”のがオシャレでカワイイ!!

ラフ巻きがラ

蝴蝶网 hudie.com
杂志迷 zazhimi.com

まずは、基本のラフ巻きをやってみよう!!

hudie.com

ラフ巻きの基本形をまずは覚えよう! この巻きができれば、自分なりのアレンジが楽しめるはず!

用意するもの

ラフ巻きを完成させるには、これだけそろえれば完ペキ。シュシュはダッカールなどで代用も可能。

32mmのコテ
どの太さのコテでもできるけれど、ここでは太めの32mmを使用。

カールローション剤
作ったカールが長持ち。リーゼ アイロン用巻き髪ウォーター

目の粗いブラシ
目が粗くて、空気を含むようになっているクッションブラシ／ヘアメイク私物

もこもこシュシュ
ゴムの跡がつきにくいもこもこシュシュは、ブロッキングのときに大活躍。／編集部私物

ソフトワックス
ウェーボ デザインキューブ ニュートラルワックス／ヘアメイク私物

1 準備

カールローションを全体にシュッ!
カールローションを髪全体になじませる。アイロンの熱によって起こるダメージを防いでくれるから、ぜひ使って!

2 ブロッキング

ブロッキングはもこもこシュシュで
エクステと地毛がおおまかに分かれるようにトップの髪をシュシュで結ぶ。ブロッキングだから適当な結び方で大丈夫。

3 巻く

顔まわりの髪から巻き始める
顔まわりの地毛部分から巻き始めるよ。ちょっと多めのエクステ3~4本分を、巻きやすいように前（顔側）に引き出す。

4

コテをタテに持ち、中間をはさむ
まず、顔まわりの毛束を内側に2~3回転軽くねじる。そして、根元から約15cmほど離れた位置をコテでしっかりはさむ。

5 巻く

顔まわりは内巻き、その他はランダム
顔まわりは内巻きにして、それ以外の部分はランダムに内&外巻きに。外巻きのときは毛束をねじる方向も外側に!

6 トップ

毛先の巻きをさらに調整
シュシュをはずしたら、鏡で全体をチェック。トップの髪の毛先を巻いて、エクステとなじませよう。

7 仕上げ

クッションブラシで逆毛を立てる
目が粗いクッションブラシで、まず毛先から中間にかけて逆毛を多めに立てる。次に中間から根元も逆毛を立てるよ。

8

手ぐしで細かく毛束をさく
巻きっぱなしだとラフ巻きにならないよ! 巻いた毛束を手でさいていく。できるだけ細かくさくのがポイント。

9

ワックスでくしゅくしゅ感をキープ
固すぎないワックスを手のひらの体温でなじませる。髪全体をくしゅくしゅ握って、ワックスをまんべんなくつける。

ボリュームとエアリー感、このラフっぽさが最高!!

完成

短くったってできる! 髪の長さ別ラフ巻きのやり方

最近流行りのボブやショートのコでも、ラフ巻きはできるから安心して! 長さ別のラフ巻きも伝授しちゃう!

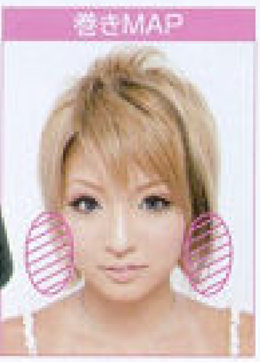
ショートのコの場合

ほとんど巻くとこないじゃん! ってくらい短いショートでも、ラフ巻きはできるんです!!

★ポイント	ストレートアイロンで毛先くるん♪
★使うコテ	小さめのストレートアイロン
★集中巻きエリア	毛先とえり足のハネ

ストレートアイロン

巻きMAP



1

毛先をはさんで顔側にひっぱる感じ!
顔まわりの毛先をストレートアイロンではさんで顔側に引き出しながら、内に巻く。巻くよりカールをつけるイメージ。

2

その他はひたすら内&外ランダムに
その他のトップや後ろの部分は、ひたすら内&外巻きに。短い髪に方向をクセづけるようにひっぱりながら巻いてね。

3

えり足をピョンと外ハネにする
首筋に沿うえり足の髪は、まず根元をはさんでそれを外側にひっぱるような感じで巻く。これで外ハネが簡単にできる。

えり足のハネが最大の愛されポイント

完成

巻く前はペチャンコだった髪にアクティブな動きが誕生。えり足のくびれが女っぽい色気もさりげなくアピール。

斉藤夏海チャン（高校2年生・17歳）

ボブのコの場合

ボブのコは、あご下から毛先にかけての部分をふわくしゃのラフ巻きにするとカワイイ!

★ポイント	毛先の巻きはフワッと大きめ!
★使うコテ	38mmのコテ
★集中巻きエリア	あご下から毛先にかけて!

38mmのコテ

巻きMAP

1

髪の短いボブの場合コテはヨコに持ち、平巻き
髪が短いコがタテ巻きだと毛先がピョンピョン飛び出ちゃう。アイロンをヨコに持つ"平巻き"で毛先から半~1回転巻く。

2

顔まわりは内巻きのタテ巻きで小顔狙い!
顔にかかるこめかみやサイドの髪だけは、アイロンをタテに持って内巻きにする。これで小顔効果も狙えちゃう!

3

サイドから後ろは内&外のMIX巻きに
サイドから後ろにかけては、内&外のMIX巻きに。トップから顔まわりはコテをタテに、毛先部分はヨコに持つ平巻き。

ほおにかかる毛先が甘さと小顔を叶える

完成

極太のコテで巻いたラフ巻きは、逆毛を立てたり、さいたりしなくても超いい感じ。ボリュームが欲しいコは軽く逆毛を。

山田史織チャン（BLEA美容学校2年・16歳）

zazhimi.com

みんながやってるラフ巻きを教えて!!

最後は読者のコたちのラフ巻きを拝見。さすが、みんな上級者! 自分なりにアレンジしてラクちんラフ巻きを楽しんでたよ。

結んだとこだけのラフ巻き

全部巻かないで、結んだところだけを
巻くっていうツワモノギャルもいっぱいいた!

全部このコテを使うよ!

19㎜のコテ

椎タ…リチャン（中央中学3…14歳）

完成

所要時間15分 2つ結び

1 **2つに分けて耳上で結ぶ**
全体をざっくり2つに分けて耳上で結ぶ。キュートなシュシュやゴムで結んでおくとオシャレ度もUP!

2 **毛先以外をMIX巻き**
毛先5〜10センチは逃がして、結んだ根元までMIX巻きにする。1回に巻きつける量はエクステ2本分。

巻いてから結ぶよりも、こっちのほうが数倍早い! こめかみに長めの前髪をたらして小顔も狙っちゃえ!

所要時間20分 ハーフアップ

完成

1 **高めのハーフアップに**
巻く前に、ハチ上の髪をトップのかなり高い位置で結んでハーフアップにする。

2 **結ばなかった髪は外巻き**
結ばなかった髪は、毛先部分だけ2〜3回転外巻きにする。量は多めでエクステ3本分。

3 **結んだ部分は根元まで巻く**
ハーフアップした部分は、毛先から結んだ根元のゴムまでしっかりMIX巻きにする。

結ばなかった根元部分は、どうせハーフアップした髪で隠れる。だったら最初から巻かないほうがラク!

所要時間20分 まとめて片方だけ巻き

完成

1 **後ろの髪を左へ寄せる**
後ろの髪を全部左へ寄せて、ダッカールでラフに留める。結ばずにダッカールってのもラクちんポイント。

2 **寄せた髪をMIX巻き**
寄せた髪を19ミリのコテで内&外ランダムに巻く。このとき、毛先から5センチほどは巻き込まない。

セレブのオフ日みたいな、こなれた仕上がり。毛先に直毛感が残っているからラフ感がより強調された!

毛先だけのラフ巻き

手抜きしつつもカワイくいたいコは、
ソッコーできちゃう"毛先集中巻き"がおすすめ!

25㎜のコテ

所要時間15分 毛先だけMIX巻き派

さこちチャン（都立永山高校3年／18歳）

完成

1 **あご下〜毛先を内巻きにする**
顔まわりは、あご下位置に25㎜のコテをはさみ、毛先へとすべらせて巻き込む。

2 **その他は外巻き多めのMIX**
その他はMIX巻き。やや外巻きを多くするとAラインシルエットが作りやすい。

帽子アレンジ

約15分で完成! 毛先だけだから忙しい朝もチャチャッと巻けて超便利。帽子をかぶるときは前髪の分け目をガッツリ広くするよ。

所要時間20分 ストレートコテで整えてから巻く派

ストレートアイロン

25㎜のコテ

鈴木愛美チャン（白鵬女子高校3年・17歳）

完成

最初にくせ毛のうねりをきれいに伸ばしているから、カールのかかりもきれい!

1 **アイロンでくせ毛を伸ばす**
アイロンでくせ毛を伸ばせば、上まで巻かなくてもキレイに仕上がるんだ。

2 **耳上を留めて毛先を巻く**
耳上を軽くブロッキングして、25㎜のコテで毛先を2〜3回転外巻きに。

所要時間15分 太いコテでつくるラフ巻き

太コテ派っていう読者のコも多かったよ。
カールが大きめだから失敗しないのがいい点!

38㎜のコテ

平山友理チャン（和光学園3年・18歳）

完成

内巻きの場合

毛先から巻き込む
太コテで短い髪を巻きこむのは大変だから、毛先からでOK。すべての髪を約1回転内巻きにする。

太コテで巻いたカールは外国人のくせ毛のようなニュアンス! ひし形シルエットで美人度も急上昇♪

完成

外巻きの場合

毛先を引き上げて巻く
外巻きも毛先から巻くよ。顔まわりは毛束をななめ上に引き上げながら、方向性をつけつつ巻いていく。

ワックスをもみこんでボリュームを強調させたらできあがり! 毛先のカールはあえてくずすくらいが新鮮。

所要時間20分 細いコテでつくるラフ巻き

一見、時間がかかりそうな細いコテでも、
使い方によっては、素早くラフ巻きができちゃう!

19mmのコテを使う理由
早く巻ける 熱が伝わるのが早い!
キープ力がある ワックスなしでも長持ち!

19㎜のコテ

さらに、内巻きか外巻き、どちらか1つにすると簡単でラク!

室岡美咲チャン（厚木東高校3年・17歳）

内巻きの場合

完成

1 **巻き始めは中間部分**
中間部分をコテではさんで巻き始める。片手で毛先を持ち、毛束をピンと張った状態で巻くとキレイにできるよ。

2 **コテをゆっくりすべらせる**
コテのはさみをややゆるめて、ゆっくり毛先方向へすべらせて。これで簡単に毛先まで巻きこめるよ。

内巻きで仕上げたラフ巻きは、顔まわりに毛束がいい感じにかかって、スイートな雰囲気を醸し出す!

外巻きの場合

完成

1 **根元の立ち上げが大事!**
外巻きの場合は根元の立ち上がりが何よりも大切。コテは根元ギリギリをはさんで巻き始めるように!

2 **外側に引き出して巻く**
外側に引き出して毛先まで巻く。熱の伝わりが強い細コテはエクステ4本分くらい一気に巻いてもOK。

根元からしっかり巻いた外巻きは、自然にトップが盛れるからゴージャスなラフ巻きに仕上がる!

うまく逆毛をたてるには……

数回繰り返す
逆毛は一度でたてずに、軽く3〜4回なぞってやさしくたてるときれいにできる!

毛束はピンと張る
引き出した毛束がたるんでいたらダメ。ピンと張って、ブラシで軽くなぞる感じで。

毛先だけじゃなく根元まで!
毛先だけでやめちゃうコが多いけれど、根元までしっかりさいてボリュームUP。

できるだけ細かく毛束をさく
根元と毛先の中間を持ってさきはじめよう。なるべく細かい毛束ごとにさくといい感じ。

1moreテク みんなのこだわりテクを教えちゃう♥

ラフ巻き上級者の読者たちのオリジナルテクを紹介。さっそくマネできそう!

太いコテを使う場合は、特にワックスをしっかりつけよう!
太コテでつくるカールはかなりゆるいから時間がたつと伸びちゃうことも。いつもよりもワックスを念入りにもみこんで!

さらに早く巻きたいなら、コテに巻きついてる髪をこすってみて!
早くくせつけたいときの裏ワザ! コテに巻きついている髪をこすってより熱伝導を早くする。でも、ヤケドに注意!

上まで巻きすぎはNG
細いコテでラフ巻きをする場合、根元まで強く巻きすぎると失敗することも。コテのキープ時間を短めに調整してね。

青木未央
あおきみおのみおさいど
葵ゆりか
million smile
上原やよい
841ch
神谷美来
みくちーの姫らいふ
ロペス貴子
ロペブログ
山本里奈
RINARINALIFE
森辺彩
ザサッカーバカ～やあぺりも～
松本麻実
まつまみのおつまみブログ
みんなマジで感動してます！
詳しくはブログへ。
現役
アイドル20人
エクステンションズ!!
大橋未来
みき太のぉ散歩blog
柑谷亜由美
あゆみんのほんわか日記
天海あむる
勝間田優
浅見美鈴
瑠璃蝶の詩
高橋麻実
まみぴょんブログ
南香織
南香織オフィシャルブログ
矢代梢
やしこずblog
鈴木あさ美
その後はまぁ、ご自由に。
白河なおみ
白河なおみのブログ
星河ユカリ
星河ユカリの日記
城戸優花
城戸優花の自由なblog
検索
ファッション誌やテレビ番組などで大活躍！
[協力芸能事務所] 浅井企画、太田プロ、講談社、サンズエンタテインメント、J-OFFICE、バーニングパブリッシャーズ、プロシード、ホリプロ、メディアモール（50音順）
TOKYO GIRLS COLLECTION by girlswalker.com
パートナーサロン
Extentions
芸能人御用達
エクステ専門・女性専用サロン
エクステンションズ 検索
ケータイからもお得なクーポンがゲットできる！
Special price クーポン
56束 ¥10,800 1束あたり ¥192
同時コラーゲンカラー
¥4,000～
◎カウンセリング＆取付料＆セット仕上げ料込み ◎当店のエクステは取り外し無料です ◎ウェーブ毛は+30円／1束 ◎10日間保証付
全店受付
11:00-21:00
年中無休
完全予約制
03-3362-2077
03-3463-3199
045-311-6670
043-224-7000
06-6244-6005
06-6363-6615
052-583-4333
011-251-9100
082-221-3828
092-716-8500
◎ご予約が集中する平日12時～13時は、特にお電話が繋がりにくいことがございます。申し訳ございませんが、あらかじめご了承下さいますようお願いいたします。

大好きなギャルの文化と、ニコル本気でむきあうしっ！

新連載 Vol.01

ニコるんの「GALが趣味」ですが？

同世代とは思えない!!　との声が数多く寄せられる、今一番HOTなR'sニコるんの連載がついにスタート☆　ニコるんと言えば、とにかくR'sきってのGALGALしさがチョームポイント♪ そんなニコるんが、GALの言葉や文化を自分の目線から見て、毎月解説していっちゃいます☆

Photos／Masatoshi Yamashiro　Design／Eri Nakashima<ma-h gra>　この特集で使用したアイテムは、すべてモデル私物です。

蝴蝶网 hudie.com

今月のGALカルチャー

盛る［モル］

意味　ヘアやメイクを、濃くしたりハデにしたりして自分をかわいくすること。それがうまくいった時、「盛れた」と言い、失敗した時は「盛れてない」と言う。

安部 ニコルチャン（BLEA女子高等部1年・15歳）

ニコル的には盛る!!＝目立つなんです！

ニコルにとって、盛るってのは人より目立つためにやらなくちゃいけない大事なことなんですよねぇ（笑）。自分の存在を誰にとかじゃないけど、アピールするのっつーか、ニコル的、盛りです（笑）。とりあえず、ヘアはくるんくるんに巻いて、ハーフアップがなぜか盛れるんですよね、ニコル。盛れるわりに時間かからないし、楽なのもイイ♪　背のび系の洋服の時だと、どうしてもシンプルなアイテムが多くなっちゃうじゃないですか。そんな時は、ヘアで目立ちポイントを作るんです。やっぱりどっかハデで目立ってる～感がないと落ち着かないんですよ！　ガキんちょ系みたいに、ハデでカラフルなコーデの時は、そこまでヘア盛りすぎないようにしてますし。うん、盛るにもバランスが必要なんです。

あと今は、ヘアアクセもいっぱいあるじゃないですか。だから、ヘアの盛り方も色々ですよね。今日はミニハットとかかぶったけど、普段多いのはリボンとか、カチューシャかな～。カチューシャとかなら2個づけもアリですよねっ！

あと盛るのに大事なのは、つけまつ毛とカラコン。もう、まつ毛かなりバサバサにしちゃいますっ。1枚ボリューミーなのつけて、目尻にWでつけて、毛ビンビンに立てるのがニコルの、盛り目☆　カラコンは、大体ブラウンが多いですね！。で、メイクはかなり濃いのが好き!!　暗めのシャドウをグラデするの♪　暗めの濃いメイクはもちろん好きだけど、最近カラーメイクも気になってるんだぁ。パープルとか、濃いめのピンクを使ったカラーメイクを気分で使い分けていきたいっ！

この4つの盛りがあって、はじめてニコルですよ（笑）。何かが盛れてない時とか「もうどーでもいいや」って1日台無し。だから、盛る時は手を抜くことなんて絶対にできないんです。自己マンと言えば自己マンなんだけど、その日のテンションが決まって、その日がハピネスになるかも、盛れるか盛れないかにかかってるんです！　これからも盛れるニコルをたくさん見せれたらイイなぁ～☆

類似語

盛り写メ［モリシャメ］

意味　携帯の写メで、かわいく撮れた自分の写真のこと。人によって、盛れるこだわりやポイントがある。

あんまり笑わないと盛れる（笑）！　で、ニコル顔が丸いから、アゴのところに手を置いたりするのもポイント。上から撮るのはマストでぇ

盛りプリ［モリプリ］

意味　プリクラ機で、かわいく撮れた自分のプリクラ。ひとりで撮るプリクラをピンプリと言い、盛るのに最適！

プリクラで盛るってのは、撮り方というより機種選びが大切だと思う!!　今、一番盛れるのは「Lumi」かなっ。とにかくデカ目効果ハンパない☆

蝴蝶网
hudie.com

9月18日(金)～10月8日(木)
galaxxxy 新宿 OIOI ONE 店 期間限定 OPEN!!!!

新宿 OIOI ONE 店 1F イベントスペースにて galaxxxy ショップ期間限定 OPEN!!!! 新宿 OIOI ONE , galaxxxy , galaxxxy Discothèque , 3 店舗合同スタンプラリー開催!! 3 店舗それぞれに配置してあるスタンプを GET して、galaxxxy オリジナルステッカーをプレゼント☆ 詳細は galaxxxy ブログをご覧下さい !!
galaxxxy blog http://galaxxxy.jugem.jp/

お得な情報が満載のメルマガ会員
登録はＱＲコードからどうぞ !!→

zazamm.com

- **新宿 OIOI ONE galaxxxy 期間限定ショップ** 〒160-0022 東京都新宿区新宿3-1-20-1F TEL 03-3354-0105
- **galaxxxy** 〒150-0043東京都渋谷区道玄坂2-23-10・1F TEL/FAX 03-3461-2033
- **galaxxxy Discothèque** 〒150-0044東京都渋谷区円山町10-20・桜沢ビル1F TEL/FAX 03-3770-7927
- **galaxxxy web** http://www.joe-inter.co.jp/galaxxxy/

蝴蝶网
hudie.com

杂志迷
zazhimi.com

デム、プラスワンモア！で秋コーデ★SNAP

簡単に秋コーデできるカーデは、今年も種類いっぱい♪

秋は、とにかくいろんなタイプのカーデが登場！　夏コーデにカーデはおれば秋っぽくなるし、便利でカワイイアイテムだよ♪

カーデを差し色にして大人コーデ♥

あひるチャン（八洲学園高校2年・17歳）

カーデ×ダテメでプレッピー！　…っていってもアクセとかイケてないけど（笑）。ダメージデニムはシェイクシェイクで6000円くらいだよ。

CLOSE UP NEW ITEM!

ビビッドなピンクとドクロのワッペンがお気に入り！　ヴァンスで4000円くらいだったよ。

落ち着いたグレーのカーデが秋っぽい♪

長野有里奈チャン（小山南高校2年・15歳）

全体的に落ち着いた色にして秋っぽくしたよ。デニム[illegible]パンプス[illegible]まむらの[illegible]テコーデなんだ[illegible]2800円！

CLOSE UP NEW ITEM!

ノーブランドの2000円で買ったカーデ。ひとつ大きめのサイズを買って、ボーイズ風に！

カーデと言えばプレッピー！

秋もアメカジ全開でいっちゃうよ☆

鎌田安里紗チャン（都立国際高校2年・17歳）

ニットカーデが主役の全身ココルルコーデだよ～。ニット帽とカーデの色を合わせたんだ。アメリカーンな感じでしょ♪

CLOSE UP NEW ITEM!

このニットカーデはココルルで6000円くらい。カウチンタイプの厚手カーデだから冬までOK

明るい色着ると、気分もアゲ～↑

平志帆チャン（大成中学校3年・14歳）

明るいイエローのカーデにピンクのニット帽を合わせた♥　ニット帽にゾウさん、[illegible]さたん、足が女ひょうの動物園コーデ！

ニット帽×カラフルカーデ★

パステルカラーでPOPなゆきんコ♪

神田笑花チャン（SHOP店員・18歳）

カーデの色味に合わせて、女のこらしい色でそろえたよ♪　モコモコスカートはマリアルイーザで3000円くらいで買った。

CLOSE UP NEW ITEM!

アナップミンピで3650円で買ったよ～。ウデのラインが学校っぽくてお気に入りなんだ♪

CLOSE UP NEW ITEM!

パステルカラーにひと目ボレのカーデは、ココルルで6000円くらいで買ったよ～♥

カーデが主役の女ひょうコーデ！

渡辺瑞季チャン（大宮KTC高校1年・15歳）

カーデはSHOPでひと目ボレ！　ずっとねらってたショートブーツを合わせたよ。どこで買ったか忘れたけど4900円くらいだった。

CLOSE UP NEW ITEM!

ひょう柄のインパクト大なカーデはスパイラルガールで5900円だったよ。超目立つ♥

セクシー女ひょうコーデ♥

ドルマン袖がめずらしいの♪

奥野結菜チャン（[illegible]1年・16歳）

カーデもスカートもボリュームがあるアイテムにウエストが面白いでしょ。スカートはワンスカで8000円くらいだったよ

CLOSE UP NEW ITEM!

ワンウェイで3800円だったカーデは、ドルマン袖になってて珍しい形！　着心地も◎。

2009、渋谷ファッションスクープ！

秋からニット帽をガンガンかぶってく!!

ノーブランドのニット帽は1980円。白だから合わせやすいよ。ニット帽は必需！

ムラサキとピンクっていう女の子カラーなニット帽はココルルで2500円くらいだった。

マルキューのどっかで買ったニット帽は3000円くらい。色合いが女のコらしいのだ☆

チチッティーのブランド、[illegible]のニット帽だよ。[illegible]。

G-[illegible]のニット帽は[illegible]ってるみたい♪　チラッと見えるロゴがイイ！

もらいものの[illegible]ニット帽。色合いが好きだし、ゾウさんがラブリーなんだ♥

ココルルのニット帽は配色とアメリカンな色合いがお気に入り！　すでにヘビロテしてます。

[illegible]とにかくニット帽が[illegible]カラフルになったみたい♪

蝴蝶网 hudie.cn
zazhimi.com

みんな、秋服何買ったの？ ニューアイ

Photos／Shinya Nagatome
Design／Sachiko Waida<ma-h gra>

大好きな夏は終わっちゃったけど、渋谷ギャルの勢いは止まらない！　秋はファッションの季節、いろんなアイテムが登場してるよ♪　みんなが買った秋新作を、チェックしてみよう☆

今年もシープスキンはかかせないの☆

安部ニコルチャン

リザークで5000円くらいだったスウェットは、ユーズドっぽいからシープスキンにぴったり。

ココルルのブーツだよ。去年はベージュだった。今年は黒で、合わせやすくてオニアツ♥

新作ブーツの人気は、去年に引き続きこの形たち！

ブーツの新作、続々と出てます！　人気なのは、去年も人気だったこの形たち。中でもウエスタン強し！　あなたはどのタイプをゲットする？

大嶋瑞恵チャン（高校3年生・18歳）

くしゅっと出来るめずらしい形が他のコとかぶりにくいウエスタン。8000円くらいだったよ♪

ジャケットとショーパンはココルル。キャップも迷彩のココルルです♥

ゆかさるチャン（SHOP店員・19歳）

合わせやすい色のウエスタン♪

L.D.S.で8000円くらいで買ったウエスタンブーツ。ショート丈って女のコっぽいと思う♪

ラグランTとサロペとロザリオはパスズパンキーのだよ♪　メンズっぽいけど女のコのラインなアイテムだから大好き♥

ショート丈のウエスタンは今年くる！

佐藤優華チャン（BLEA専門学校1年・19歳）

ブーツに合わせてウエスタン意識とか？　スウェットとシャツとミニスカはココルルだよ！　全部、超着回しがきくアイテムなの♥

今年はショート丈のウエスタンが絶対流行る!!　これはキューツーで5800円だったよ♪

このブーツで簡単ロックコーデに♪

ゆきちチャン（松栄学園高校2年・17歳）

地元のお店で3900円だったブーツ！　安く見えないし、ロックっぽいから超使えるよ★

今日は秋のブラックコーデ☆　ワンピはヘブンアンドアースで7000円くらいだったよ♪　ストールとセットだから、おトク！

今年のパーカーは、定番と変形がキテる!?

はおりものの定番、パーカー！　毎年いろんなのが出てるけど、今年は形に特徴のあるものと、定番の無地、総柄が多いみたい。

ココルルで5900円だった総柄パーカー！　ワッペン柄で、黒なのに地味にならないよ☆

パーカー、ショーパン、スニーカー、ニット帽、ベルト、全部ココルルだよ♪　やっぱりデカめのアイテムが気になっちゃう。

谷藤友奈チャン（BLEA専門学校1年・19歳）

中村智夏チャン

パーカーはジーンズメイトで買ったよ。夏はハデ色が多かったから、秋は黒で。

パーカーは地元で3000円くらいだった。黒なら何でも合うし、生地の厚さもイイ感じ♪

ベアトップ、とショーパンはロデオクラウンズのもの♪　ハットはラグナムーンで5045円で、パーカーの色に合わせたよ。

新藤祥子チャン（19歳）

平山友理チャン

ミニ丈パーカーにロングワンピが絶妙！

ボレロ丈のパーカーエロングワンピと合わせて、リップサービスで9000円くらいだったよ。

ボレロ風のパーカーで、しかもフード部分にスパンコールが！　リップサービスで6000円。

大人めのパーカーに大人めサロペを。d.i.a.で9000円くらいだったよ。夏でも秋でも着られるからヘビロテ中なの。

文が短いと大人っぽく見える♥

丈がボレロ丈で、フード部分がでっかいの。リップサービスで7000円くらいで買ったよ。

さこちチャン（18歳）

あゆのPV意識♪ひと目ボレパーカー！

あゆが「Days」のPVで着てたのそっくりだからひと目ボレ。ラヴアップで6000円だよ。

パーカーの色に合わせて、全体をゆるカワに♥　このボトムはしまむらで1000円だったよ！　帽子もL.D.S.のふわふわニット帽を合わせた♪

こんなにカワイイチャームは、スカートにもつけちゃえ!!

もこもこのうさチャンとリボンなんてサイキョーの組み合わせ！　人気あるみたいだよ☆

SBYで1000円くらいだったうさチャンチャーム♥　大きいからコーデのポイントになる！

夏のグラサンにさよならして、秋はダテメでいく!!

ピンクの色と、ふちのラインストーンがラブリーだけど、形が女教師っぽくてセクシーとか!?

マルキューの地下で、800円くらいのプチプラダテメだよ♪　めずらしい色でカワイイの。

このダテメ、赤×黒の色合いも気に入ってるけど、サイドについてたハートマークがイイ♥

原宿の古着屋さんで1000円だった！　ふちが太くてレンズがデカく、古着コーデにぴったり。

蝴蝶网 hudie.com
杂志迷 zazhimi.com

ジャケット着たら、お姉さんっぽい!?

馬場奏恵チャン（高校3年・17歳）

ジャケットでちょっと女度アゲちゃったり!

ちょっと背のびのお姉さんコーデをしたいコは、秋にジャケットをゲットする! 人気は黒だけど、自分好みを探そう♪

CLOSE UP NEW ITEM!

7分丈でフードつきだから、かっちりしすぎなくてイイ♪ イングで3900円だったよ。

大人っぽく、ミニ丈ワンピとパンプスを合わせたよ。ワンピは、ラブラトで2000円! 身長低いアタシに、イイ感じの丈なんだ。

ひかり流ウエスタンの出来上がり☆

椎名ひかりチャン（中学3年・14歳）

CLOSE UP NEW ITEM!

BLUE MOON BLUEで6000円くらいだった♪ 濃い色だから目立つの!

チェックシャツに合わせたウエスタンブーツは、7000円くらいだった! グレーってめずらしいし、やっぱショーパンにはロングブーツ!

デザインにひと目ボレのジャケット♪

天野いおりチャン（高校1年・16歳）

CLOSE UP NEW ITEM!

アルタで3000円くらいだったジャケット♪ 白とグレーの組み合わせがめずらしい感なの。

夏のコーデにジャケットをはおっただけで秋コーデにヘンシン★ 合わせやすいひらミニはワンスドで4500円で買ったよ。

秋っぽい柄の代表、チェック柄は、シャツかシャツワンピで★

秋の柄物といえば、チェックが人気だよ! 今年はシャツで取り入れてウエスタンやアメカジコーデをしてるコが多いみたい。

ウエスタンブーツを合わせれば、チェックシャツがいきるっ

安井レイチャン（16歳）

レレの秋は背のびカジュアルで♪

チェックを大人っぽくがアタシ流♪

秋も引き続きセクシーコーデで!

中村悠花チャン（高校2年生・16歳）

CLOSE UP NEW ITEM!

細かいところまでこってるし、セクシーに見えてイイ♥ d.i.a.で9500円で買ったよ。

見せブラもひらミニもベルトもd.i.a.だよ♪ d.i.a.はセクシー系が多くて好き! ひらミニは6000円くらいで、超ヘビロテ中。

古着シャツはイイ味出すよ♥

吉村[illegible]チャン（主婦・17歳）

シャツもブーツもインパクトのあるものを♥ ラグランTもサロペも古着! 白いウエスタンは、ホニータで2980円で買ったよ。

CLOSE UP NEW ITEM!

赤チェックは秋コーデの定番! WEGOで1980円だったよ。パンツにもスカートにもOK。

オレンジチェックって超秋っぽいっしょ!

山田睦実チャン（高校3年・18歳）

CLOSE UP NEW ITEM!

オレンジが秋らしいチェックワンピは、ラブスタイルで4900円くらい。ひらミニがラブ♥

ワンピを目立たせるために、他は落ち着いた色で♪ 秋はオレンジとか茶とかの洋服を買っちゃう気がする。

CLOSE UP NEW ITEM!

GILFYでひと目ボレしたチェックシャツ! 秋は暖色が多いかったの。5000円くらいだったよ。

形も色もお気に入りのワンピ♥

みっちきんチャン（八洲学園高校2年・18歳）

CLOSE UP NEW ITEM!

暗めの青×黒チェックが、落ち着いてて秋らしい♪ ナバーナで3500円くらいで買ったよ。

形もめずらしいチェックワンピを主役に、小物も秋らしくしたよ。ゆるカワなベレー帽は、L.D.S.で3800円くらいだったよ。

ビビットなピンクで超目立つ★

白井里歩チャン

CLOSE UP NEW ITEM!

ピンクが超カワイイサロペは、ココルルで6900円。片ひもだからインナーも目立つよ♪

全身大好きなココルルコーデだよ! ラグランTはセールで1000円だったの。スニーカーは靴ひもがないところがお気に入り!

田中まり恵チャン

CLOSE UP NEW ITEM!

ヘブンアンドアースで8000円だったサロペ。形がめずらしいから、人とかぶりにくいよ。

ノースリーブだと秋は寒いから、アームウォーマーとファーであったかく。ショート丈のエンジニアは、バックスで1万2000円だった。

着回しきくから、ヘビロテ決定～♪

みさみさチャン

CLOSE UP NEW ITEM!

ダメージとピンクのステッチがカワイイサロペは、ヴァンスで9800円。合わせやすいよ。

大好きなピンクでちりばめた♥ ラグランTは古着屋さんで400円。ほんとはロング丈だけど、折り曲げて7分丈にしてるんだ。

サロペにはニット帽ってもはや当たり前!?

秋もサロペ人気、継続中! そしてみんなが大好きなニット帽の季節もトーライっ! とくれば一緒に着ちゃうしかないでしょ♥

ワンピでカンタン秋コーデ!

中館夏穂チャン（高校3年・18歳）

CLOSE UP NEW ITEM!

このワンピはしまむらで3000円くらいだったよ! 秋だから黒を着たくなっちゃったんだ。

秋は、落ち着いた色のワンピを着たい!

夏はハデ色着てたコも、秋は暗めの落ち着いたワンピが着たくなる♥ イイ女風の秋色ワンピ、見つけちゃいましょー!

ピアス

ネックレスのドクロに合わせて、ピアスにもドクロを! イカツいアクセ、大好きなんだ♥

ヘブンアンドアースの小物は全部ロックっぽくて大好き! このピアスは1500円くらいだよ。

ブレス

黒×シルバーのスタッズが豪華なのに、サンキューマートで390円だったの～!

ロックアクセといえばスタッズ! スタッズつきブレスとチェーンのブレスを組み合わせた。

ネックレス

前から見たら、黒の3連ラインストーンなんだけど、下から見るとドクロになってるよ!

ふたつとも、109-②のジャグラーマルシェで。アクセは、イカツいのが好きなんだ★

秋のアクセと言えばロックだった!!

zazhimi.com

大好きSHOPの秋新作これ買いました～♥

大好きなSHOPの新作をチェックしてると、どれも欲しくなっちゃうよね。みんなはこんな秋新作をゲットしてたよ。

ラグナムーン

甘めの女ロッカーコーデだよ♪

CLOSE UP NEW ITEM!

リップ柄のシフォンワンピを買ったよ。ふわふわしてるし柄がめずらしくてひと目ボレ♥

甘めのロックコーデし

斉藤　海チャン

ココルル

シカさんベストは、インパクト大★

ウチ流の秋サーフコーデ♪　ボトムはココルルで8000円くらい。色落ち具合が秋っぽい。スニーカーもココルルで、ヘビロテ中だよ！

CLOSE UP NEW ITEM!

シカさんとキレイな青がお気に入りのカウチンニットベスト。いくらか忘れちゃった～。

かにゃにゃチャン（BLEA女子高等部3年・18歳）

全身ココルルで秋でも超カラフル☆

CLOSE UP NEW ITEM!

秋、ダウンベストははずせないっ！　ワッペンもいっぱいで◎。6000円くらいだったよ。

やっぱココルル着るなら、原色いっぱいのカラフルコーデしたい!!　キレイな青のラグランTは、4000円くらいだったよ～！

ゆいぽんチャン（BLEA女子高等部2年・18歳）

ANAP

アメカジにぴったりのミニスカ！

CLOSE UP NEW ITEM!

星の総柄で、インパクト大なデニムミニスカ！　3000円くらいだよ。目立てるからイイ！

アナップのミニスカは

3000円くらい。ファーつきなところもイイ♥

室岡美咲チャン（高校3年生・17歳）

d.i.a.

秋でも肌見せはやめられない!!

サンダル以外、全部d.i.a.！　キャミは、アームウォーマーつきで5500円。見せブラがイイ感じに見える胸の開き方なんだ♥

原　彩夏チャン（大宮通信高校2年・17歳）

CLOSE UP NEW ITEM!

ファーが超カワイイ♪　取りはずせるから、オールシーズン使えるの。ヘビロテ決定！

リップサービス

グレーのバッグは合わせやすいよ♪

入江　渚チャン（BLEA女子高等部2年・17歳）

ゼブラ柄のストールをポイントに。大人っぽくコーデできるから超お役立ちアイテム！　ヘアも大人っぽくしてみたよ。

CLOSE UP NEW ITEM!

とんなコーデにも合わせやすい色だし、ポケットが多くて使いやすいよ♪　5000円くらい。

クリックス

このTシャツは、秋も着回しきく！

深沢　かんなチャン（甲府城西高校2年・16歳）

色味を落ち着かせて、秋を意識したよ。Tシャツとニット帽はGILFY。これからの季節、ニット帽は必需品でしょ♪

CLOSE UP NEW ITEM!

クリックスのベスト。あったかいから、インナーを変えれば長く使えそうなアイテムだよ。

古着屋本舗

今年の秋も、古着ミッキーはマスト！

山田史織チャン（BLEA女子高等部2年・16歳）

スウェットがうすいグレーだから、白いスカートを合わせたよ。L.D.S.で夏買ったやつだけど、秋もガンガン着てっちゃいます！

CLOSE UP NEW ITEM!

ミッキーだしグレーだし首もとのあき具合も絶妙でカワイイ！　たしか3000円くらいだよ。

ミニバッグも腰元アクセにしちゃう!!

ここにはケータイとか入れとくよ。コーデのポイントになってイイ！　1900円くらい。

腰にもつけられるけど、ななめがけのポシェットにも出来るよ！　目立つ赤をチョイス♪

前面はファーのみ♥　開くとちゃんとバッグになってるよ。GILFYで7900円で買った。

女子力高めのアイテムも秋バージョンになりました★

モコモコグッズやリボンアクセ、パステルカラーなど、女の子らしいアイテムが秋も人気！

池袋パルコで1200円くらいだったスパンコールのリボンを、ベレー帽につけてアレンジした♪

どこで買ったか忘れちゃったけど、デニム生地リボンがめずらしいヘアゴム。秋っぽくない？

ファーのシュシュは、地元のアクセ屋さんで2000円くらい。フワフワで気持ちイイんだ♪

蝴蝶网 hudie.com
杂志铺 zazhipu.com

ギャルヘア

R's のりかちゅうもそうだけど、最近ショートヘアのギャルが増えてきたと思わない？ エクステつけるのはお金かかるし、たまには短いヘアを楽しむのもイイよね♪ でも、ショートでも絶対盛りたいってのはゆずれない!! そこで、盛れるショートヘアのテクを紹介！

Photos／Masato Juman Text／Mie Arisumi Design／Yohei Mihara ＜ma-h gra＞ ※この特集で着用している衣装はすべてモデル私物です。

トップから大胆に流して無敵の派手カワショート♪

間宮梨花チャン（17歳）

GAL HAIR 1 アレンジで盛れる！

蝴蝶网 hudie.com

髪が短くたって、短いなりにいろんなアレンジを楽しめるんです！ボブに見せたり結んだりして、雰囲気だって変えられるよ

01 えり足隠しのボブ風ヘア

えり足ひとひねりで即ボブに変身！

耳上の髪を軽く2つにブロッキングする
耳上の髪を左右2つに分け、上側にねじり上げて軽くお団子を作る。これでブロッキング完了。

残ったえり足の髪は上側にねじり上げる
残った耳下の髪をひとつにまとめ、上側にねじり上げる。アメピンを3～4本使って、しっかり留める。

お団子を外してコテで毛先をカール
01でブロッキングした耳上のお団子を外す。その毛先を、25㎜のコテで半～1回転させ軽く内巻きに。

コームで毛先に軽く逆毛を立てる
巻いたまま冷めてから、毛先にコームで軽く逆毛を立てる。これで内巻きボブが完成！

02 超お手軽のちょんまげヘア

トップの髪を真上に引き出す
頭のテッペンの髪をひと握り引き出す。ラインがジグザグになるように、ラフに引き出して。

ゴムで結んでからシュシュを重ねる
ゴムでしっかり結んでからシュシュをつける。シュシュだけだと、崩れてきちゃうからゴムも併用。

カチューシャみたいな編み込みを1本！
トップからこめかみに流れる髪を引き出して、三つ編みで1本ずつ毛束を拾いながら編み込んでいく感じ。

編み込みの最後は耳うしろで留める
耳うしろまで編み込んで、アメピンで留める。ちょんまげだけだと寂しいから、このプラスαが効果大！

チビちょんまげでやんちゃ顔♪

03 ショートなのにできるお団子ヘア

ひとつ結びでこのアレンジ★

杂志迷 zazhimi.com

巻いたりする前にまずトップで結ぶ！
巻く前に、お団子を作りたい位置でひとつ結びにする。最初に結ぶってのがコツだよ。

ヘアワックスをつけてからコテで毛先を巻く
ヘアワックスをつけてから25㎜のコテで毛先を内巻きにする。こうすると巻きが崩れずにキレイに仕上がる。

巻いた毛先を結び目近くで留める
巻いた毛先を軽くねじって、結んだゴムの近くにアメピンで留める。一気にやらずに、数回に分けてやってね。

短い後れ毛は最後にピンで留める
最初に結ぶことができなかった短い髪をアメピンで留める。仕上げにハードスプレーでキープ。

りかちゅうがやってるショートヘアのアレンジテクを紹介！

R's でショートヘアといえばりかちゅう！得意のアレンジを見せてもらったよ。

りかちゅうのショートはアレンジしやすいショート♪

SIDE

POINT
横から見たときに女の子らしいソフトな印象を与えるように、前髪からサイドにかけては丸～くラウンドでつなげておくよ。前髪とサイトをバッサリ分けないってのが大事です。

BACK

POINT
ショートヘアとはいえ、えり足はやや長めに残しておくのがポイントだよ。ここをハネさせたり巻いたりしてニュアンスを変えると、アレンジの幅がかなり広がります！

りかちゅうヘアのオーダー方法

トップはボリュームが出るようにレイヤーを多めにIN。サイドはあご下5cmのグラデーションカットベースに、表面のみにレイヤーを。前髪はラウンドぎみにカット。カラーはクリームベージュ。（担当／吉田満さん）

合計 1万3500円

ロングじゃないと盛れない！　なんて考えはもう古いんです !!

ショートでも盛れる

GAL HAIR 2 スタイリングで盛れる!

コテを駆使したスタイリングアレンジでも、かわいく盛ることはできる！　よく聞く悩みの解決法も美容師さんに教えてもらったよ！

トップふんわりの外ハネヘアに!

ストレート感を楽しむなら、そのままで！　トップとえり足の動きで今どきっぽくするよ。

作るのはこのヘア

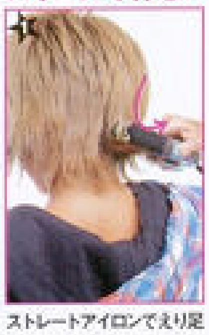
アクティブショートには外ハネでニュアンスを！

斉藤夏海チャン（高校2年生・17歳）

ハネを作りたい位置でアイロンの角度を変える

顔周りの毛先もハネさせる。根元は真っ直ぐにはさみ、ハネを作りたい位置でアイロンの角度を変えてみて。

外ハネはストレートアイロンで作る!



ストレートアイロンでえり足の根元をはさみ、そのまま毛先へスライドさせる。アイロンは途中で止めないで。

トップのふんわりはワックスで作る!

ワックスを手になじませてトップの根元にもみ込む。立ち上がりをつけるように、外から内に押し込んで。

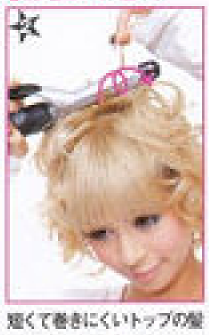
前髪は前に引き出して軽くひっぱりながら!

前髪も直毛感を出したいから、アイロンでストレートに。根元をはさみ、前へ引き出すように軽く引っぱる。

細かい巻きのくるくるヘアに!

クルンクルンのカーリーショートで、人とかぶらない個性派ショートを狙うのもアリ！

トップの髪も毛先から根元まで巻く



短くて巻きにくいトップの髪は、毛先を片手で持ってコテに巻きつけるようにする。ここも毛先から根元まで。

顔周りだけリバース多めのMIX 巻きに!

25㎜のコテで、全体をひたすらMIX巻きにする。ただし、顔周りだけはリバース巻きを多めにする。

ハードスプレーを全体&トップの根元に!

ハードスプレーを全体に吹きかけてカールをキープ。トップの根元にも重点的にかけて立ち上がりをつける。

前髪だけは巻かずにストレートのまま!

前髪は巻かないでストレートのまま。巻き終わった髪は毛先をていねいに割いて、エアリー感を引き出す。

外国人の子供みたいなくるりんヘアがCUTE♥

作るのはこのヘア

こんなときどうするの!? 外ハネがうまくできない!

意外と難しい外ハネ。カックンと折れ曲がったりしないためにはどうしたらイイ？

1 毛先になるにつれて角度をつけて

いきなりアイロンの角度を変えると、カックンと折れ曲がった感じになってしまうので、ゆっくり外側に角度をつけて。

2 根元から少しずつアイロンを滑らせる

ハネを作るときは、まず根元からはさんで、そのままアイロンのはさみを緩めて毛先方向へゆっくり移動させる。

こんなときどうするの!? うしろの髪がキレイに巻けない!

ただでさえうしろの髪は巻きにくいのにショートならなおさら！　どうしたら上手に巻ける？

1 トップは上に引き上げて

トップは上に引き上げて、毛先から根元までしっかり縦に巻く。これで狙った部分をしっかり巻けるはず！

2 えり足は首から離して

首に沿って巻いてしまいがちだけど、実は首から外側に引き出して巻くのが正解。これなら[illegible]

GAL HAIR 3 ヘアアクセで盛れる!

最近は激カワのヘアアクセがどっさり出てる♪
困ったときはヘアアクセに頼ってしまうのも
ショートで盛るヒケツだよ！

毛先の処理をすると帽子がキマる!

帽子アレンジは、飛び出す毛先の処理でイメージがガラリと変わるよ。

すそのハネのおかげでキャップのかわいさ倍増！

キャップ

ゆるカジやサーフ系に欠かせないキャップは、ショートの盛りにも役立つアイテムだよ！

キャップから飛び出るえり足は外ハネに!

キャップをかぶったときに飛び出るえり足の毛先を、25㎜のコテで1回転ほど外巻きにする。

キャップは真上からやさしくかぶる!

巻いた部分をつぶさないようにキャップはやさしくかぶって。最後にえり足のハネを調整して完成。

顔周りは内巻きでふくらみを出す

顔周りの短い髪は内巻きに。丸いシルエットになるように、毛束を引き出しながら巻いていく。

トップにボリュームを出せばカチューシャとのバランス◎

カチューシャを使うときは、トップに立ち上がりをつけて、ボリュームバランスをとる！

25㎜のコテで全体に動きを出す

25㎜のコテで毛先から中間まで内巻きにする。ボリュームが出やすいように強めに巻いておく。

カチューシャ

伸ばしかけの前髪のアレンジに使えるカチューシャ。太めのものでインパクトを狙うよ。

巻いた髪を手で割いて立ち上がりをつける

巻いた髪を手でていねいに割いていく。全体にボリュームが出て、根元がしっかり立ち上がるよ。

カチューシャは顔側からつける

カチューシャを前髪の生え際からつける。オールバックになるような感覚でタイトにつけて。

向かい風に立ち向かうパワフルショート！

杂志迷 zazhimi.com

GAL HAIR 4

カットとカラーで盛れる!

最後はヘアのプロ、サロンさんに頼っちゃえ! 大人気のISM発!
ショートでも絶対盛れるショートヘアカタログだよ★

01 サイドかり上げヘア

ハジけるショートでいくなら
アバンギャルドな星のかり上げ☆

なつうみヘアのオーダー方法

かなり短めのショートレイヤーでトップを立ち上げ、片サイドはかり上げて星のラインを入れる。かり上げ部分は黒く残し、それ以外にバイオレットを入れて黒&白メッシュをポイントで入れる。(担当：岩見由衣さん)

合計 2万3000円

なつうみのショートはアレンジで遊べる♪

サイドのかり上げは見せても隠してもOK!

前髪をパッツンもななめ流しもできる!

ISM南青山

協力ヘアサロンはこちら!

住 東京都港区南青山5-13-23 青山パティオビル2F
☎03-5785-0588 休火曜、第1・3月曜
営月〜金曜：11：00〜21：00
土日祝10：00〜19：00

02 金パ×メッシュのショートヘア

天野いおりチャン
(立志舎高校1年・16歳)

オーダー方法

あごラインのショートにレイヤーを入れて動きを演出。えり足はハネできる長さに。カラーはブリーチしてからパールベージュを入れ、太&細メッシュを。(担当：岩見由衣さん)

合計 1万9000円

03 ダークヘアのショートヘア

オーダー方法

あご下とえり足下のリショートで大人っぽい雰囲気に。カラーは珍しいモカブラウンを全体に入れ、ハイ&ローライトを細く入れてニュアンスを演出。(担当：岩見由衣さん)

合計 1万5500円

ダークカラーで大人のオーラを放つ!

美咲選手チャン
(高校3年生・17歳)

04 ゴールドのショートヘア

限界ゴールドでハデハデ★

伊原晶美チャン
(立志舎高校2年・16歳)

オーダー方法

えり足をかなり短く&サイドは耳が出る長さにして、毛先に動きが出るように毛量調整。ブリーチで限界まで明るくし、白っぽさが残るようにゴールドをON。(担当：岩見由衣さん)

合計 1万3500円

05 ちょっと長めのショートヘア

オーダー方法

サイドはボブ、バックはそれにつなげて丸いシルエットに仕上げたショート。全体をキャラメルベージュにし、サイドの表面にポイントメッシュでインパクトを。(担当：岩見由衣さん)

合計 1万9000円

女らしさキープのショート

観川桃夏チャン
(城郷高校3年・17歳)

蝴蝶网 hudie.com
杂志迷 zazhimi.com

蝴蝶网
hudie.com

助けて!!

食べたいけど太りたくない！
太ももだけヤセない！
ニキビができてホントにやだ！ だから…

「もっともっとヤセてカワいくなりたーい！
「顔にたくさんニキビができて困ってます～!
編集部に毎月送られてくるアンケートには
みんなのお悩みがいーっぱい書かれてる
今月はそんな読者のコたちの「助けて!!」を
Ranzukiがまとめて助けちゃうよ——!

Photos／Shinji Tozawa　Design／Akio Sa

安部 ニコルチャン
（BLEA女子高等部1年・15歳）

食欲 助けて!!

P.72 ～ P.78

「食べたら太る、でも食べたい……」そんな欲張りさんのために、読者のコたちが考えたダイエット用オリジナルレシピを大公開！

太もも 助けて!!

P.79 ～ P.83

み～んな悩んでる太ももの太さ……。そこで！ 太ももヤセエクササイズ&太ももが細く見えるファッションを一挙に教えちゃう!!

ニキビ 助けて!!

P.84 ～ P.86

どんなに上手にメイクしても、ニキビだらけじゃ盛れないよね……。みんなのニキビに対する疑問やお悩みをQ&A方式で解決するよ！

助けて!!
Go! Next page

杂志迷
zazhimi.com

食欲助けて!!

太るのイヤだけど食べたいんだもん!!

みんなのオリジナルダイエットレシピ発表!

ダイエット中も、できればおいしいものをお腹いっぱい食べたいでしょ？
ってことで！　読者のコたちが考えたオリジナルのダイエット料理を紹介!!
カンタンに作れるものばかりだから、みんなもおウチで作ってみて♪

Photos／Shinya Nagatome（P.72～P.77）、Chiho Kato<BUNKASHA>（P.78）
Design／Sachie Nishizawa<ma-h gra>

まずはダイエット料理の基本をお勉強～♪

ダイエットしてるからって、すごく食事の量を減らすっていうのはダメ!!　きちんとごはんを食べながら、ヤセる方法を覚えよう！

油を使うならオリーブオイルがオススメ

オリーブオイルに多く含まれるオレイン酸は、胃腸の働きを促進したり脂肪の燃焼を助ける効果があると言われてるよ。カロリーは普通の油と変わらないから注意!!

朝昼晩の3食をきちんと食べないと逆に太る!

もともと人間のカラダは1日3食、食べるようにできているんだ。だから2食にすると、1食分少なくなった栄養をカラダの中に蓄積しようとして脂肪がついちゃうんだって。

よくかんでゆっくり食べればちょっとの量でも満足できる!

食べ物をよくかむほど脳の満腹中枢が刺激されて、食欲が抑えられるよ。早く食べすぎると、満腹中枢が刺激される前にどんどん食べちゃうから、食べ過ぎになることがあるんだ。

1日1400kcal～1600kcalがダイエット食の目安!!

極端な少食は不健康だしリバウンドのもと！　十代の女性は起きているだけで1日約1200㎉を消費する。健康を維持しながらダイエットをするなら1400㎉～1600㎉が目安だよ。

蝴蝶网 .com

炭水化物を低カロリーの食材に置き換える料理がハヤってる

お米やメン類などの炭水化物を、豆腐やキャベツといった低カロリーな食材に置き換えるダイエット料理がハヤってるよ。この企画でもたくさん紹介するから参考にしてね。

夕食を多くすると太る!!

夕食を食べた後すぐに寝ると、とったカロリーが体脂肪になりやすい！　だから、朝食や昼食をしっかり食べるようにしよう♪　でも、夕食をまったく食べないのはダメだよ!!

腹八分目にするべし!! ときには「残す」ことも必要

「残さず食べないとお行儀が悪い」っていうのは確かにそうだけど、ダイエットのためには残すことも必要なの！　お腹がある程度ふくれてきたら、勇気を持って残すべし!!

自分で料理を作ればヤセる!

お母さんに作ってもらうと、どうしても家族と一緒の料理になっちゃう。ダイエットするならダイエット用の料理を自分で作ろう。栄養やカロリーの勉強にもなるから一石二鳥!!

カロリー計算に便利なHPはこちら☆

ダイエットで大変なのがカロリー計算！　めんどくさいよねー（笑）。そこで、カロリーを調べるのに便利なHPを4つ紹介♪

摂取カロリー・消費カロリー大辞典

zazhimi.com

食材のカロリーが、穀類、魚介類など、部類別に紹介されているから分かりやすい♪　ファーストフードのメニューも載ってるよ。

http://muuum.com/calorie/
http://www.xoood.com/mcalorie/

食品の摂取カロリー計算

「おにぎりと肉じゃがとおみそ汁を食べたから、合計カロリーは……」という計算がHP内でカンタンにできちゃう機能に驚き!!

http://homepage2.nifty.com/WM/calorie.htm
※フルブラウザ携帯のみ対応

ものぐさ主婦の外食カロリーチェック

「マクドナルド」「セブンイレブン」など、店の商品ごとにカロリーを掲載してるよ。外食時のカロリーもしっかりチェックしよう。

http://i.kcal.fc2web.com/

食と健康の総合サポート「イートスマート」

料理名を入力するだけでカロリーが分かる、とっても便利なHP。ダイエット日記をインターネットで公開する機能もあるんだ！

http://www.eatsmart.jp
http://www.eatsmart.jp/m/
※モバイル版は10/7開始予定

Diet Recipe 1

炭水化物の代わりに 豆腐を食べよう!!

オリジナルレシピで一番多かったのが、豆腐を使った料理!! カロリーが少ないのにお腹いっぱいになることが人気の理由みたい。

冷やし中華風

味	★★★★★
手軽さ	★★☆☆☆

馬場奏恵チャン（高校2年生・17歳）

豆腐の上に納豆を乗せることってあるでしょ？ 冷やし中華の具を乗せたらもっとおいしいと思ってやってみたんだ。

作り方
1. うす焼き玉子を作る。
2. うす焼き玉子、キュウリ、ハムを細切りにして豆腐の上に乗せる。
3. しょう油、酢、ごま油をかければ完成！ お好みでカラシを入れてもおいしい♪

サラダうどん

味	★★★★★
手軽さ	★★★☆☆

さっぱりしててておいしいし、お腹も満足♪ 夜ごはんをずっとこれにしてたらヤセたの！

長野 有里奈チャン（小山南高校2年・16歳）

作り方
1. キャベツ、キュウリ、トマトを適度な大きさに切る。
2. うどんを茹でてて冷水でよく冷やす。
3. 豆腐を入れた皿に1と2を盛りつけて、サラダ用のノンオイルドレッシングをかける。

キムチのせ

味	★★★★☆
手軽さ	★★★★★

馬場奏恵チャン（高校2年生・17歳）

豆腐に色んなものを乗せるクセがあるの（笑）。その中でもキムチはけっこうヒットした！

作り方
1. キムチを豆腐の上にのせるだけ♪ 色んなキムチで試してみよう！

豆腐トースト

味	★★★☆☆
手軽さ	★★★★☆

伊豫田 佳奈チャン（BLEA女子高等部3年・18歳）

上はトロトロで下はサクサクな食感が、フレンチトーストみたいでおいしいんだ〜!!

作り方
1. 十分に水気を切った豆腐を食パンの上に乗せる。
2. 1をレンジで1分ほど温めマーガリンを塗る。
3. オーブントースターで2を焼けば完成。マーガリンの代わりに塩でもOK。

あげ玉＋キムチのたれ混ぜ

味	★★★☆☆
手軽さ	★★★★☆

佐々木 綾子チャン（永谷高校2年・16歳）

あげ玉で食感が良くなるんだ！ キムチ入りだから、辛いのが好きな人は好きなハズ!!

作り方
1. 豆腐とあげ玉を茶わんに入れ、キムチのタレをかけてよく混ぜる。

料理風景チラ見せ♪

→ちゃんと作ってる！って、たこ焼を混ぜてるだけじゃ……（笑）？

→ありちゃんが料理している間、ヒマすぎて踊りかちゅう。

→コンロの使い方が分からずイライラ。執事がすぐに八つ当たり…!

お豆腐はダイエット料理の定番だね！

ラーメン残り汁ぶっこみ

味	★★★☆☆
手軽さ	★★★★★

小松 桃子チャン（主婦・19歳）

お腹が減ってても、カップラーメンを2コも食べちゃったら太るでしょ？ そんなときにはこれ！ 低カロリーでお腹もいっぱいになる!!

作り方
1. カップラーメンを食べた後に残ったスープを用意する。
2. 豆腐を1に入れ、くずしながらよくかき混ぜる。
3. 豆腐に味がしみこむように、少し時間を置いて食べる。とんこつ味がオススメらしい。

ごはんしょう油混ぜ

味	★☆☆☆☆
手軽さ	★★★★★

斉藤彩乃チャン（高校2年生・16歳）

ごはんに豆腐を混ぜて量を増やす♪ 意外とマズくはないんだよ。高級なしょう油を使えばおいしさUP？

作り方
1. 豆腐とごはんを茶わんに入れ、しょう油をかけてよく混ぜる。

「ごはんですよ」のせ

味	★★★☆☆
手軽さ	★★★★★

えみにぃチャン（BLEA女子高等部1年・16歳）

友だちから教えてもらったんだ。ごはんよりカロリーが少ないしお腹もけっこうふくれる。

作り方
1. 市販の「ごはんですよ！」をごはんではなく豆腐の上にのせる。

豆腐は高タンパク＆低カロリー

豆腐は水分が多いのでカロリーが低い！ さらに、豆腐にたくさん含まれているタンパク質には[illegible]を早めてくれる効果が!! ダイエットにピッタリの食材なんだね。

zazhimi.com

Diet Recipe 2

キャベツならたくさん食べても太りにくい♪

ダイエット食にしてると栄養が不足しがち!! カロリーを抑えながら栄養もとりたいってコは、キャベツを使って料理してた！

キャベツだけお好み焼き

味	★★★★★
手軽さ	★☆☆☆☆

作り方
①キャベツをザク切りにする。②市販のお好み焼き粉を水に溶かし、玉子と①のキャベツを加えて混ぜる。③フライパンで焼き、かつおぶし、青のりをかければできあがり！

みひチャン（松栄学園高校2年・17歳）
キャベツが好きだからやってみた♪ 週に1回は食べてるよ。中のキャベツは千切りにしないでザク切りにした方が食べごたえアリ。

オムキャベツ

味	★★★★★
手軽さ	★★★☆☆

みさみさチャン（BLEA女子高等部2年・16歳）
レストランにあったメニューをマネしたの！ キャベツを炒めすぎると食感が悪くなるよ。

作り方
①千切りしたキャベツを塩、こしょうで炒める。②玉子をフライパンに流し入れて、オムレツの形を作る。③②の玉子で①のキャベツを包んで皿に乗せ、ケチャップをかけて。

ソースをかければお好み焼き風に!!

作り方
①上記のオムキャベツの作り方を参考に、炒めたキャベツを玉子で包む。②最後に、ケチャップの代わりにお好み焼きソースとかつおぶしをかければお好み焼き風になる。

キャベツカレー

味	★★★☆☆
手軽さ	★★★★☆

ゆいぽんチャン（BLEA女子高等部2年・16歳）
カレーを食べたくなったときに、白米はカロリーが高いからキャベツにかけてみたんだ。

作り方
①家で作ったカレーや、レトルトのカレーを生のキャベツにかける。

キャベツだけ弁当

味	★★★☆☆
手軽さ	★★★★☆

作り方
①ザク切りにしたキャベツを塩、こしょうで炒めて弁当箱にいれるだけ!!

斉藤夏海チャン（高校2年生・17歳）
普通においしいしヤセるよ♪ 前はクラスの女子みんながこのお弁当を持って来てたなー。

ポン酢＋お酢がけ

味	★★★☆☆
手軽さ	★★★★★

佐藤真衣チャン（三島長陵高校1年・16歳）
おじいちゃんから教えてもらった♪ 千切りよりザク切りの方が満足感があるんだ。

作り方
①ザク切りにしたキャベツにポン酢とお酢をかける。

塩こんぶ＋ごま油がけ

味	★★★★★
手軽さ	★★★★★

作り方
①キャベツをザク切りにする。②市販の塩こんぶをキャベツの上に乗せて、ごま油を適量かける。③最後によくかき混ぜて、味が均一になるようにしてから食べよう！

鈴木あやチャン（19歳）
焼き肉屋さんで似たようなのを食べて、おいしかったから家でも作ってみたの。ダイエット料理っていうか、ふつうにウマイ！

お通じもよくなって一石二鳥なの～♪

料理風景チラ見せ♪

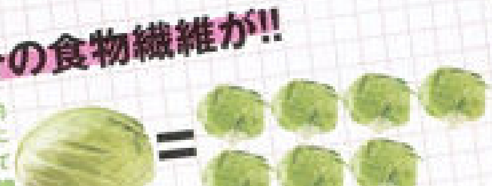
玉子を使ってふざけるりかちゅう。食べ物で遊んじゃいけません（笑）！

集中して料理をするありちゃん。まわりのことは目に入らず……。

ひとり暮らしのありちゃんは料理が上手。キャベツの千切りも見事!!

キャベツにはレタス約7個分の食物繊維が!!

レタス1個に含まれる食物繊維は約2.5gなのに対して、キャベツ1個には約19gもの食物繊維が含まれてる！ 味も形も似てるけど、食物繊維の量に関してはキャベツの圧勝！



杂志迷 zazhimi.com

Diet Recipe 3

お肉が食べたくなったら なんちゃってお肉レシピで乗り切る!!

蝴蝶网 hudie.com

お肉を食べたいけどガマンしなきゃ……。そんなとき他の食材を、お肉に似た味に料理しちゃえ！ みんなのアイデアが満載!!

ゆでキャベツのトンカツソースがけ

味	★★☆☆☆
手軽さ	★★★★★

神田笑花チャン（SHOP店員・18歳）

味はトンカツだよ。ゆですぎると食感が悪くなるし栄養が水に出ちゃうから注意してね。

作り方

1 ゆでたキャベツの上に、市販のトンカツソースを適量かける。

こんにゃくステーキ

味	★★★★★
手軽さ	★★★☆☆

あひるチャン（八州学園高校2年・16歳）

インターネットでダイエットレシピを探してて見つけたんだ。「自分はお肉を食べてるんだ！」って思いこむことが大切かも（笑）。

お肉が食べたいときはこれを食べてガマンしよ！

作り方

1 こんにゃくを水洗いし水分をふき取り、切り目を入れる。2 1のこんにゃくの両面をよく焼いて水分をしっかり飛ばす。3 焼き肉のタレ、味噌、カレーなど好きなものをかけて食べる。

もやしの焼き肉のタレいため

味	★★★★★
手軽さ	★★★★☆

作り方

1 もやしを焼き肉のタレで炒める。油はひかない方が低カロリー。

美咲凛子チャン（高校3年生・17歳）

ママに教えてもらったよ。バーベキュー気分で最高！ 味が濃いから夕飯はこれだけでOK！

料理風景チラ見せ♪

ポッキーゲームをするふたり？ ……いや、もやしだから（笑）。

りかちゅうの華麗なフライパンさばきを見よ！ もやしが飛んでる!!

ワカメにごま油＋塩＝レバ刺しの味

味	★★★★☆
手軽さ	★★★★★

作り方

1 ゆでたワカメの水気をふき取り、ごま油と塩をかける。

神田笑花チャン（SHOP店員・18歳）

キャベツにごま油をかけるレシピをヒントに思いついたんだ。ホントにレバ刺しみたいな味なの!!

キャベツの焼き肉のタレがけ

味	★☆☆☆☆
手軽さ	★★★★★

作り方

1 ザク切りにしたキャベツに焼き肉のタレを適量かける。

あひるチャン（八州学園高校2年・16歳）

水っぽいとおいしくないから、しっかりキャベツの水気をきってタレをかけてね！

どうしても本物のお肉が食べたいときの工夫!!

ガマンしてばかりじゃストレスが溜まる！ お肉を低カロリーに調理する方法を覚えて、たまには本物のお肉も食べよう。

ソースをやめてポン酢か塩で！

鎌田安里紗チャン（都立国際高校2年・17歳）

ステーキソースとか焼き肉のタレはカロリーが高いでしょ!? 塩やポン酢の方が低カロリー！

杂志迷 zazhimi.com

方法

1 お肉を塩やポン酢で食べるだけ。素材の味が分かっておいしいよ。

お肉から出る油をキッチンペーパーで吸い取る!!

もともと油がそんなに好きじゃないんだ。キッチンペーパーで吸うだけだからカンタンだよ。

方法

1 肉から出た油を市販のキッチンペーパーで吸い取るだけでOK！

豚しゃぶなら低カロリー

佐藤真衣チャン（三島長陵高校1年・16歳）

豚肉をゆでて油を落とすから、焼くより低カロリーになるんだ。野菜も食べるから栄養も◎。

作り方

1 ゆでた豚肉を冷水で冷やしレタスの上にのせてポン酢をかける。

Diet Recipe 4

メン類が食べたいときは 春雨・しらたき くずきりで代用!!

コンビニとかで売ってる春雨スープって、低カロリーでおいしいよね。材料さえあれば、似たような料理をおウチでも作れるんだよ。

春雨スープ

味	★★★★★
手軽さ	★☆☆☆☆

作り方
1 春雨を下ゆでしておく。2 沸騰させためんつゆの中にワカメ、もやし、1の春雨を入れる。3 もやしがゆであがるまで煮込めばできあがり。お好みで野菜を追加すればよりヘルシーに！

和風

大川真衣チャン（SHOP店員・18歳）

鶏肉を入れると味に深みが出てもっとおいしいんだけど、カロリーが気になるんだ……。

洋風

作り方
1 春雨を下ゆでし、にんじん、キャベツを食べやすい大きさに切る。2 水にコンソメを溶かし、野菜が柔らかくなるまで煮込む。3 2の中に春雨を入れ、塩、こしょうで味を調整して完成♪

しらたき冷やし中華風

ゆきだるチャン（BLEA女子高等部2年・16歳）

冷やし中華が大好きなの！ でもカロリーが気になるから、しらたきで作ってるんだよ。

作り方
1 しらたきを下ゆでし冷水で冷やす。うす焼き玉子を作る。2 ハム、キュウリ、うす焼き玉子を細切りにする。3 1の上に2とゆでたエビをのせて、しょう油、酢、ごま油をかけて完成！

味	★★★★★
手軽さ	★☆☆☆☆

しらたきパスタ

味	★★★★☆
手軽さ	★★★☆☆

作り方
1 しらたきを下ゆでして、しっかりお湯を切る。2 1のしらたきをフライパンで軽く炒める。3 市販のたらこパスタ用ソースをからめて皿に移し、きざみのりを乗せればできあがり♪

しらたきって低カロリーでしょ？ だからパスタの代わりにしらたきを使ってみたの。

室岡美咲チャン

くずきり煮込み

鈴木あやチャン（19歳）

春雨より、くずきりの方が太いから食べごたえがあるんだよ。カンタンだからやってみて☆

R's すずがやってる♪

作り方
1 くずきりを市販のめんつゆで煮込む。玉子を入れてもうまい!!

味	★★★★☆
手軽さ	★★★★★

春雨炒め

味	★★★★★
手軽さ	★★☆☆☆

作り方
1 春雨を下ゆでし、水をしっかり切る。2 にんじん、ピーマンを炒め、1を加えてさらに炒める。3 塩、こしょう、しょう油で味付け。めんつゆを入れると味に深みが出ておいしいよ♪

さこちチャン（永山高校3年・18歳）

春雨は炒めると縮むよ。量が足りないと思ったらキャベツを入れてボリュームをアップ！

春雨焼きそば

みさみさチャン（BLEA女子高等部2年・16歳）

春雨の水をしっかり切らないと水っぽくておいしくないよ。後はすきとうでOK（笑）。

作り方
1 春雨を下ゆでし、水をしっかり切る。2 野菜をザク切りにする。3 2に塩、こしょうをしフライパンで炒め、1を加えてさらに炒める。焼きそば用ソースをかけてできあがり。

味	★★☆☆☆
手軽さ	★★★☆☆

しらたきキムチ鍋

味	★★★★☆
手軽さ	★☆☆☆☆

作り方
1 しらたきを下ゆでする。2 市販のキムチと1のしらたきとお好みの具材を鍋に入れ水を適量加える。3 キムチが温まったらOK。ゆですぎるとキムチがおいしくなくなるので注意すること!!

室岡美咲チャン（厚木東高校3年・17歳）

色んな具を入れるとおいしけど、ふだんはめんどくさいからキムチとしらたきだけ（笑）。

しらたきのうどん風

ツルツルの食感がとってもGOOD☆

作り方
1 下ゆでしたしらたきを、めんつゆで煮込む。玉子を入れて食べよう。

うどんが好きだけど太りそうだから、しらたきにすればカロリー減るかなって考えたんだ。

伊豫田 佳奈チャン（BLEA女子高等部3年・18歳）

味	★★★★☆
手軽さ	★★★☆☆

料理風景チラ見せ♪

料理上手のありちゃんが、慣れない手つきのりかちゅうを見守る。失敗しないでね(笑)。

料理完成の記念写真。ふたりで力を合わせて作ったよ!!

長時間の撮影に疲れて座り込むありちゃん。がんばって！

春雨とくずきりとしらたきと糸こんにゃくの違いは？

しらたきと糸こんにゃくは色以外はほんと同じで原料はイモ。くずきりは「葛（くず）」という植物が原料。春雨は「緑豆」という豆が原料。それぞれ原料が違うんだね。

azhimi.com

Diet Recipe 5

ダイエットのときはこんなジュースを飲んでる!

ダイエットのときはジュースにも工夫してるコがいたよ♪　カロリーを少なくしたり、栄養をとったり、色々考えてるんだー。

R's すずがやってる♪

豆乳は100%ジュースで割る

作り方
1 豆乳に100%ジュースを混ぜるだけ。かなり飲みやすくなる!

味	★★★★☆
手軽さ	★★★★☆

鈴木あやチャン（19歳）

あやはいつも1：1で割ってるよ。豆乳のイソフラボンがカラダにいいんだってさ。

コーヒーはゼロカロリーシュガーとバニラエッセンスで味つけ

味	★★★★★
手軽さ	★★★★★

作り方
1 コーヒーにバニラエッセンスを1滴垂らすだけで、甘い香りが♪

美咲選手チャン（高校3年生・17歳）

バニラエッセンスは甘い香りがするけど実際は苦いから、たくさん入れると苦くなるよ。

オロナミンCの炭酸水割り

作り方
1 オロナミンCにノンカロリーの炭酸水を入れる。量はお好みで。

味	★★★★★
手軽さ	★★★★★

美咲選手チャン（高校3年生・17歳）

ノンカロリーの炭酸水で量を増やすから、同じ量を飲んだ場合カロリーは減ってるの。

しらたきを白米に混ぜて炊く

作り方
1 しらたきを下ゆでし、水を切る。2 1のしらたきを細かくきざむ。3 2のしらたきをお米の上に乗せて炊き、炊きあがったら混ぜる。しらたきから水が出るので水加減は調節しよう。

やっぱりごはんが食べたくなるじゃん!

味	★★★☆☆
手軽さ	★★★☆☆

えみにいチャン（BLEA女子高等部1年・16歳）

しらたきの量はお好みだけど、私は白米3合にしらたき400グラムくらいにしてる!

粉寒天を白米に混ぜて炊く

味	★★★★☆
手軽さ	★★★★☆

作り方
1 白米1合に対し市販の粉寒天2グラムを混ぜて炊く。水加減はいつもどおりでOK。見た目は変わらないよ。食べるとお腹の中でふくらむので、少量のごはんでも満腹感が得られる!

天野いおりチャン（文化女子大学附属杉並高校1年・16歳）

ダイエット本に載ってたから家でやってみたんだ。見た目も味も全然変わらないからすごい!

Diet Recipe 6

白米にひと手間加えて量を増やす♪

白米をそのまま食べてるようじゃ、まだまだ甘い（笑）!　おかゆにしたり、しらたきを混ぜたり、カロリー増やさず量を増やそう!!

おかゆ

味	★★★★☆
手軽さ	★★★★☆

R's ゆーゆやってる

峯村優衣チャン（BLEA大学1年・18歳）

普通の白米を食べるより水の分だけ量が増えるから、少ないカロリーでお腹がいっぱいになるの。

作り方
1 水の量を調節し、炊飯ジャーの「おかゆ」ボタンを押すだけ。

Diet Recipe 7

栄養満点の野菜スープはみんな食べてた!

野菜スープは栄養満点だし、カロリーが低いけどお腹がいっぱいになる優秀食!　おウチによって色々な作り方があるみたいだよ。

冷蔵庫にある野菜を適当に入れるんだ!　味付けを濃くすれば、少量でも満足感があるよ。

あひるチャン（八州学園高校2年・16歳）

トマトベース

味	★★★★★
手軽さ	★☆☆☆☆

作り方
1 キャベツ、タマネギ、にんじんを食べやすい大きさに切る。2 水にコンソメを入れて溶かし、カットしたトマト、しょうがと入れて煮込む。3 塩、こしょうで味を調節する。

高島唯チャン（八潮南高校2年・16歳）

しょうが入りでカラダが温まるから体脂肪が燃える!　栄養もバッチリで言うことなし♪

ポトフ風

味	★★★★★
手軽さ	★☆☆☆☆

作り方
1 にんじん、キャベツ、じゃがいもを食べやすい大きさに切る。2 水にコンソメを入れて溶かし1をじっくり煮込む。3 塩、こしょうで味を調節してできあがり♪　野菜は他のものでもOK!

おみそ汁でもOK

味	★★★★★
手軽さ	★★★☆☆

峯村優衣チャン（BLEA大学1年・18歳）

炭水化物ぬきダイエットをしてたとき、具だくさんのおみそ汁でお腹をいっぱいにしてたの。

作り方
1 にんじん、じゃがいもを食べやすい大きさに切る。2 だし汁に1とワカメを入れ、火が通るまで煮る。3 最後にみそを適量入れる。野菜は上記以外でも好きなものを何でも入れよう!!

杂志迷 zazhimi.com
蝴蝶网 hudie.com

市販の低カロリー食材も上手に使おう!!

ドレッシングをノンオイルにしたり、ジュースを飲むときにゼロカロリーのものを選んだり。市販の低カロリー商品を上手に使って、効率的なダイエットをしよう！

ヘルシーヌードルならお腹も満足!!

明星　飲茶三昧　スープ春雨　とろみ醤油

ツルツルしこしこで食べごたえ満点。野菜もたっぷり入ってる。147円／明星食品株式会社

93kcal（1食・27gあたり）

明星　飲茶三昧　スープ春雨　野菜白湯

ワンタン、キャベツ、鶏ひき肉、ふわふわ玉子など、具材が豊富♪　147円／明星食品株式会社

96kcal（1食・27gあたり）

カップヌードル　シーフードヌードルライト

198kcal（1食・57gあたり）

イカ、たまご、キャベツ、ネギなどおなじみの具材が入ってこのカロリー。179円／日清食品株式会社

198kcal（1食・53gあたり）

カップヌードルライト

カップヌードルの味を再現しつつ、すっきりとしたライトスープに。179円／日清食品株式会社

調味料も低カロリーに♪

雪印　ネオソフト　ハーフ

376kcal（100gあたり）

マーガリンのおいしさでカロリー&脂質はマーガリンの2分の1。メーカー希望小売価格231円／雪印乳業株式会社

0kcal（スティック1本・1.8gあたり）

パルスイートカロリーゼロ　スティック30本入

砂糖と同じ甘さでカロリーゼロ！　料理にも飲み物にも使えるよ。オープン価格／味の素株式会社

25kcal（15gあたり）

従来のマヨネーズと比べ、カロリーを75%もカットした画期的な商品！　参考小売価格250円／キユーピー

キユーピー　クオーター

キユーピー　ノンオイル　香味ゆず

ゆずの果汁と果皮が風味豊か。魚介や海藻、豆腐のサラダによく合う！　参考小売価格195円／キユーピー

8kcal（大さじ約1杯・15gあたり）

キユーピー　ノンオイル　梅づくし

梅肉と梅酢が深い味わいのノンオイル。大根や鶏ささみのサラダに♪　参考小売価格195円／キユーピー

3kcal（大さじ約1杯15gあたり）

たまにはお菓子も食べたいよね☆

47kcal（1本・標準10gあたり）

ゼロ（マイルド）

砂糖が入ってないから低カロリーだし、食物繊維が入っててヘルシー。オープン価格／ロッテ

焼きじゃが　うす塩味

油で揚げないノンフライ製法だから低カロリー。手もべたつかないよ。148円／ユニバースフーズ株式会社

157kcal（1袋・36gあたり）

8kcal（1粒・標準4gあたり）

のど飴ZERO（袋）<クリアブルー>

一般的なアメと比べてカロリー50%オフ！　爽快感があるクリアな味だよ。オープン価格／ロッテ

デザートだって食べてOK♥

脂肪0%　いちごのヨーグルト

82kcal（120gあたり）

イチゴの果肉が入ってるから味も食感もバッチリなの〜。メーカー希望小売価格105円／日本ルナ株式会社

0kcal（100gあたり）

ゼリーdeゼロ　いちご風味

ゼロカロリーなのに、フルーツの風味と甘みが味わえて大満足なんだー♪　150円／マルハニチロ食品

0kcal（100gあたり）

プルジュレ　コエンザイムQ10

爽やかなマスカット味で食べやすい！　メーカー希望小売価格200円／クラシエフーズ株式会社

ジュースはゼロカロリーが常識！

ペプシネックス

説明不要のゼロカロリーコーラ。R'sも撮影の時には必ず飲んでるね。メーカー希望小売価格147円／サントリー

0kcal（100mlあたり）

0kcal（100mlあたり）

レモン70個分のビタミンCが入ったC.C.レモンが、ゼロカロリーに！　メーカー希望小売価格147円／サントリー

C.C.レモンゼロ

0kcal（100mlあたり）

リプトン　カロリーゼロ　ストレートティー

ほのかな甘さとスッキリした後味で食事にも合うおいしさ♪　メーカー希望小売価格105円／森永乳業株式会社

0kcal（100mlあたり）

三ツ矢サイダー　オールゼロ

長年愛されている三ツ矢サイダーに、ゼロカロリー…　147円／アサヒ飲料

0kcal（100mlあたり）

ファンタ　ゼロ　サイダー

カロリーゼロ、糖類ゼロ、純水使用のカラダに優しい炭酸飲料。メーカー希望小売価格147円／日本コカ・コーラ

クチコミエクササイズ&
スタイルアップファッションを
ダブルでお届け!!

太もも助けて!!

どんな手を使っても細くしたい

ウチらの太ももがピンチ!!

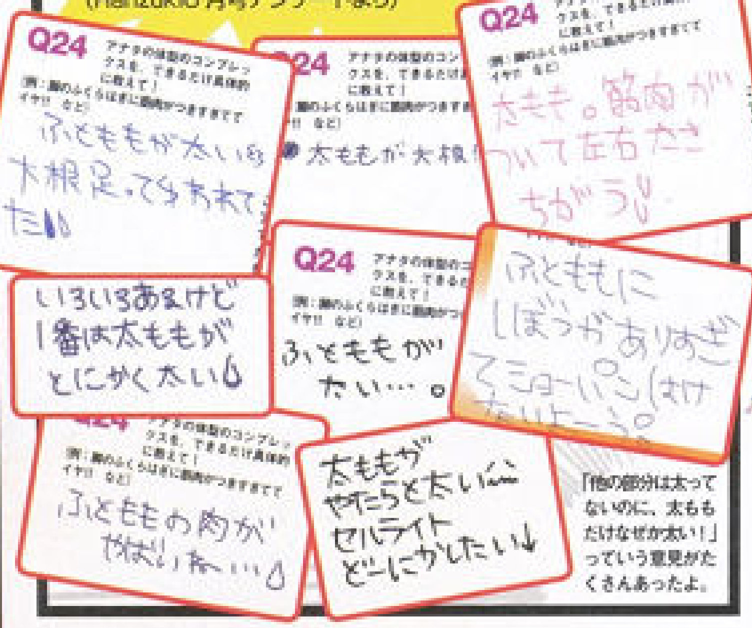
「体型で一番悩んでるのは太ももの太さ！」ってコ多いよね？
そんなみんなのお悩みを、エクササイズ&スタイルアップファッションで一気に解決!!
じっくり読んで、太ももコンプレックスとサヨナラしちゃおう～☆

Photos ／ MODEL:Shinya Nagatome (P.79)、Shinji Tozawa < Luana > (P.79 ～ P.83)　ITEM:Chiho Kato < BUNKASHA >
Styling ／ NANA (P.82 ～ P.83)　Design ／ Shogo Aoki < ma-h gra >

※この特集に掲載された商品のお問い合わせ先は、P.153にあります。特にクレジット表記のないものはすべてモデル私物です。

読者アンケートで体型のお悩み NO.1

(Ranzuki8 月号アンケートより)



「他の部分は太ってないのに、太ももだけなぜか太い！」っていう意見がたくさんあったよ。

撮影時に「脚太いから出したくなーい」なんて言うR'sが多数！ 悩んでるんだねー。

渋谷ディーエスクリニック
院長 林 博之先生

ダイエット専門外来診察時間
12:00～21:00
㊟東京都渋谷区渋谷3-11-2
パインビル1階
☎03-5464-7272
詳しくはHPを確認下さい↓
http://www.dsclinic.jp/

運動不足やヒールの高いクツが太ももを太くする原因のひとつ

近年の中高生は運動不足や、体のできあがる前から高いクツをはくことで､脚の筋肉（特に内転筋）の筋力が低下し、骨盤が開きO脚・OX脚になる傾向にあります。このような状態になるとバランス的に非常に脚が太く見えます。そして骨盤が開くと重力の影響も加わり、下半身（特に太もも）の血行、リンパの流れが悪くなります。さらにこの女性ホルモンの性質上、女性は便秘や冷え性になりやすい体です。このためたまった老廃物などがセルライトを作りだし、悪循環となり太いもっとなってしまうのです。

りかは太ももが細く見えるファッションが知りたいな

P.82～P.83
「太ももカバーファッションが知りた～い!」

みんなはどうやって太ももヤセしてるんだろ？

P.80～P.81
「太ももヤセテクが知りた～い!」

うしたら細くなるの？

みんなの太ももヤセテクが知りた〜い!!

読者のコたちが実際にやってる太ももヤセエクササイズをどど〜んと公開！　そのコたちの感想も一緒に紹介しちゃうよ。たくさん種類があるから、色々試して自分に合った方法を見つけてね♪

やっぱり動くのがいい☆

運動で細くするならコレ!

カラダを動かすのはダイエットの基本中の基本！　運動することによって脂肪が燃焼するし、筋肉がついて引き締まる！　でも続けるのに少し根性が必要かも？

つま先立ち運動

つま先立ちのままヒザを曲げたり伸ばしたりする運動。セット5分ほど。好きな歌を1曲聞き終わるとだいたいこれくらい

どれくらい続けた？	3カ月
効果は？	○

脂肪が減って筋肉に!!　引き締まった感じはするけど、見た目はあんまり変わらないかも？（みさみさチャン・16歳）

柔軟体操

筋肉を伸ばすと血液の循環が良くなって脂肪が燃焼する!!　カラダが柔らかくなると基礎代謝も上がるからヤセやすい体質に♪

どれくらい続けた？	8カ月
効果は？	○

毎日お風呂上がりに10分くらいやってる♪　他の運動と一緒にやると効果バツグン!!（…田万穂チャン・16歳）

脚にはさんだボールをつぶす

どこにでも売ってるゴムのボールをヒザの間にはさんで、ギューっとつぶす！　実際につぶれなくても、つぶすように力を入れればOK。

R'sすずがやってる!

どれくらい続けた？	3カ月
効果は？	◎

ジムで教えてもらったから効果は高いハズ！　ボールさえあれば家でもできるよ。（鈴木あやチャン・19歳）

踏み台運動

階段や小さなイスで黙々とやる！　ラクそうに見えて、実際やってみるとかなりきつい!!　10分はできないかも。

どれくらい続けた？	3カ月
効果は？	◎

ラクそうに見えるけどかなり大変。脚はもちろん全身の運動になるからオススメ。（えみにぃチャン・16歳）

お尻の上下運動

寝た状態でお尻を上げたり下げたりする運動。少しやるだけでけっこう疲れる！　あまり長時間やるとヒザが痛くなるので、ほどほどにしよう。

R'sすずがやってる!

どれくらい続けた？	3カ月
効果は？	◎

太もも&お尻にきいてる感じがする☆　音楽とか聞きながらやると楽しいかも。（鈴木あやチャン・19歳）

脚上げ運動

イスやカベなどに片手をついて脚を上げるよ。一番上で数秒間止めたり、脚を降ろすときにゆっくり降ろしたりすると効果UP！

R'sありちゃんがやってる!

どれくらい続けた？	6カ月
効果は？	◎

友だちに教えてもらったよ。太ももに筋肉がついて、引き締まった気がする！（鎌田 安里紗チャン・17歳）

寝てやってるコもいる!!

どれくらい続けた？	1年
効果は？	◎

ヒマな時間を見つけてやってる。脚がすごい疲れるからけっこう効果あると思う！（あひるチャン・16歳）

脚で「あ」〜「ん」を書く

片脚ずつ交互に、脚の先で「あ」〜「ん」を五十音順に書いていく。空中で脚をたくさん動かすから、ふつうの上下運動より力を使う！

どれくらい続けた？	1カ月
効果は？	○

まだやり始めて2週間なんだけど、彼氏が「脚細くなったね」って言ってくれたの♪（桐生望美チャン・17歳）

マサイ族ジャンプ

ジャンプをするときも着地するときも絶対にヒザを曲げない！　普段使わない筋肉を使うよ。1日15分程度が目安かな。

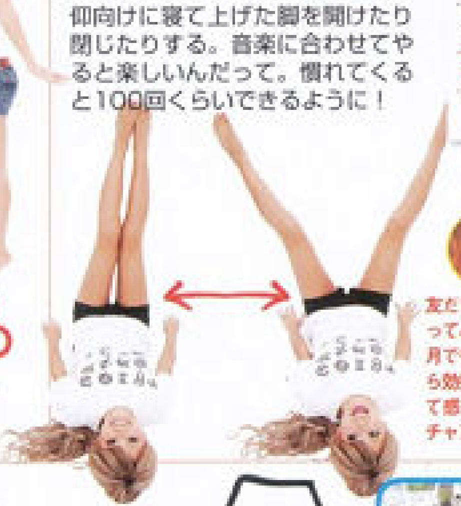
どれくらい続けた？	3カ月
効果は？	◎

学校で友だちと一緒にやってた!!　友だちに「最近ヤセたね」って言われた☆（佐藤真衣チャン・16歳）

脚の開閉運動

仰向けに寝て上げた脚を開けたり閉じたりする。音楽に合わせてやると楽しいんだって。慣れてくると100回くらいできるように！

どれくらい続けた？	2カ月
効果は？	？



友だちから聞いてやってみたんだ。2カ月でやめちゃったから効果はまあまあって感じ。（…川桃夏チャン・18歳）

エアチャリ

仰向けになって、空中で自転車をこぐ動きをするエクササイズ。左右の脚を同時に動かすから、10分くらいやればかなりの運動量に。

どれくらい続けた？	1カ月
効果は？	○

すっごく疲れるからもちろんヤセるんだけど、筋肉がついてマッチョになるかも。（天野いおりチャン・16歳）

りかちゅうは本当の自転車でやってる！

自転車のスタンドを立てたまま、こぐんだ。ヒマなときに10分くらいやる！（…梨花チャン・17歳）

どれくらい続けた？	3ヵ月
効果は？	◎

気持ちいいから続いちゃう

お風呂で細くするならコレ!

ヤセたいコはみ～んなやってる半身浴！　でも、ただボーッとお風呂に入ってるだけじゃ時間がもったいないぞ。マッサージやコロコロを使ってさらにヤセ度アップ！

お風呂の中でマッサージ

カラダがあったまって筋肉がほぐれたときにマッサージをすれば、脚の内部まで刺激が伝わるんだ。毎日欠かさずやることが大切!!

どれくらい続けた?	1カ月
効果は?	◎

一やり始めてまだ1カ月だけど「脚細くなったんじゃない?」って言われたよ～♪（佐藤愛華チャン・18歳）

お風呂の中でコロコロ

お風呂の中でコロコロをやれば血行も良くなってるし効果倍増！　でも半身浴中ずーっとやってるとやりすぎ！　10分くらいで十分♪

どれくらい続けた?	2カ月
効果は?	◎

「やっぱり半身浴と一緒っていうのが効果バツグンだと思う。絶対に細くなったもん！（伊勢田 建奈チャン・18歳）

お風呂上がりでもOK!!

マッサージってどうやるの?

リンパマッサージ

①手のひら全体を使って、優しくなでるようにマッサージ。

②太ももをつかんで離してを繰り返し、マッサージを行う。

③タオルをしぼるように、少し力を入れて裏ももをもみほぐす。

④手のひらの中央をくぼませて、まんべんなくたたいて終了♪

どれくらい続けた?	2年
効果は?	◎

毎日お風呂上がりに手が疲れるまでやってる。むくみがとれて細くなる！（あひるチャン・16歳）

ミックスマッサージ

ありちゃんがやってる!

①グーにした手の内側で、軽く太もも全体をたたくよ。痛いくらいに強いのはやりすぎ！

②手のひらで太もも全体を軽くなでる。脚のつけ根までていねいに。

③両手でギュッとつかんで、下に脂肪を流すように肉を押していく！

どれくらい続けた?	2年
効果は?	◎

テレビで見た色んな方法をミックスしたオリジナルマッサージ！（藤田 安里紗チャン・17歳）

番外編 コレもヤセテク!?

エクササイズとは呼べないけど、一応ヤセテク？　っていうのをふたつ紹介。カンタンにできるからみんなもマネしてみよう！

日焼けすれば細く見える

これはソッコーで効果アリ(笑)。肌の色が黒いと目の錯覚で脚が細く見える。とりあえず日サロへ行ってみよう!!

どれくらい続けた?	1年
効果は?	◎

ラクチンだし、自分的に色黒の方が好きだから趣味と実益を兼ねてる♥（門田万穂チャン・16歳）

ミニボトムをはく

ありちゃんがやってる!

いつも脚を出しておくことで、自分にプレッシャーを与える！　気持ちが引き締まると脚も引き締まるってワケ。

どれくらい続けた?	1年
効果は?	◎

ロングボトムで脚を隠す服装ばっかりしてたときは脚が太くなった！（藤田 安里紗チャン・17歳）

小さなことからコツコツと♪

ふだんの生活で細くするならコレ!

しっかり時間を作って運動するのもいいけど、日常的な行動の小さな積み重ねがけっこう大事！　日ごろから、歩く、階段を上るなどで脚の筋肉を使って、目指せヤセ脚!!

できるだけ階段を使う!!

R'sすずがやってる!

エレベーターやエスカレーターを使うとラクチンだけど、階段を使うべし！　混んでるときは階段の方が早かったりして一石二鳥とか(笑)？

どれくらい続けた?	6カ月
効果は?	◎

もう習慣になってるからしんどいとは思わないよ。疲れてるときはエスカレーターも使う。ムリしないのが一番♪

どれくらい続けた?	2カ月
効果は?	○

他の運動も一緒にやってたけど、1カ月で4.5kgもやせた！（加藤美咲チャン・17歳）

どれくらい続けた?	4年
効果は?	◎

これで階段を上るようになってから、脚が太らなくなったよ。（小松桃子チャン・19歳）

とにかく歩く!!

お買い物や友だちの家へ遊びに行くときなど、できるだけ乗り物を使わずに歩くようにしよう。早歩きにすれば効果UP!!

どれくらい続けた?	3カ月
効果は?	◎

好きな音楽を聴いたり、友だちと電話したりして、楽しく歩くようにしてるよ。（ゆいぽんチャン・16歳）

チャリのギアを重くする!!

自転車通学のコは一番重いギアにして一生懸命自転車をこごう！　筋肉がはってくるのが分かるくらい力を使うぞ!!

どれくらい続けた?	1年半
効果は?	◎

毎日15分くらい自転車をギア3段でこいでます。筋肉がついた気がするー。（門田万穂チャン・16歳）

ラクチンなのが一番♥

寝ている間に細くするならコレ!

しんどい運動はイヤ！　忙しくて時間もないし……。ってコのために、寝てるだけで太ももヤセができちゃうかもしれない超ラクチンな方法を紹介するね！

脚の裏に「休息時間」を貼って寝る

R'sゆみにゃんがやってる!

朝起きたら脚がむくんでる～！　なんてことよくあるよね？　寝る前に「休息時間」を足の裏に貼っておけば、むくみがとれるんだって。

どれくらい続けた?	6カ月
効果は?	◎

気持ちいいから、たくさん歩いた日とかに自分へのごほうびとしてやってるよ。（山中佑美チャン・19歳）

「メディキュット」をはいて寝る

太ももまである「メディキュット」のロングタイプをはいて寝るだけ。血行促進&むくみの軽減に！

どれくらい続けた?	4カ月
効果は?	◎

太ももとふくらはぎを引き締めて美脚にしてくれるんだって！（えみにぃチャン・16歳）

ラップを巻いて寝る

ラップを巻いて寝るだけでたくさん汗をかくよ。ラップの上からパジャマを着ればさらに体温が上がる!!

どれくらい続けた?	1年半
効果は?	○

カンタンにサウナ効果♪　朝起きるとなんか細くなってる気がする！（みさみさチャン・16歳）

hudie.com
zazhimi.com

細く見える服ってあるの!?

みんなの太ももカバーファッションが知りた〜い!!

太ももの太さが、あっという間にカバーできちゃう着こなしのコツをまとめて紹介!! しっかり覚えて、明日から美脚ギャルに変身〜☆

上ボリューム下ミニボトムは下半身ヤセシルエット

上半身にボリュームがあると目の錯覚で下半身は細く見えるんだ。寒くてもミニボトムでがんばれ!

もこもこパーカー

モコモコパーカー30
5円／WEGO原宿
本店 Tシャツ1995
円／リバイブ渋谷10
店 ミニスカート49
0円／ココルル ボン
ボンゴム525円／SB
渋谷109店 エン
ジニアブーツ1万55
0円／渋谷フロンテ
ア

ニット帽

マフラー

ボーダーストール4095円、ロンT3045円、スカート価格未定、ファーニット帽価格未定、エンジニアブーツ1万6590円／すべてGILFY（ギルドコーポレーション）

ニット帽3360円、ベルト5145円／ともにBLUE MOON BLUE渋谷109店 ロンT4900円、カウチンベスト5900円、デニムショーパン4900円／すべてココルル ウエスタンブーツ1万290円／フラッグ-J渋谷109店

タイツやレギンスで太ももをカバー

太ももを隠したい! でもミニボトムをはきたい! っていうコは黒のタイツやレギンスをはけば OK!!

レギンス2415円／靴下屋（タビオ） パーカー5900円、ロンT4900円、柄ミニスカート4900円、キャップ2900円、スニーカー5900円／すべてココルル

でかショルダーバッグは太ももを隠してくれる

単純だけど効果大なのがこのワザ! 大きなショルダーバッグを腰の下あたりで持つだけの超カンタンテク♪

バッグ7245円、チェックシャツ6195円、デニムショーパン7245円、キャップ4095円、ブーツ1万5540円／すべてバックス（ギルドコーポレーション） スタッズブレス各2625円／GILFY（ギルドコーポレーション）

腰のでかチャームで目線をそらす!!

インパクトのあるチャームを腰につければ、太ももなんて気にならない!

チャーム各1785円／SBY 渋谷109店 ボーダーニット7140円／ヴァンキッシュ（せーの） デニム6825円／原宿シカゴ神宮前店 その他／スタイリスト私物

ゆるショーパンで太もも部分にスキマをつくる

ぴったりとしたショーパンよりも少しゆるめのショーパンが、太ももとの間にスキマができて脚は細く見える!

デニムショーパン 7245 円、オレンジスウェット 4095 円、柄ロン T3045 円、チェックムートンブーツ 5145 円／すべて BLUE MOOM BLUE 渋谷 109 店 その他／スタイリスト私物

サロペットショーパン8295円、パーカー7245円、Tシャツ3045円、ニットブーツ9345円／すべてバックス（ギルドコーポレーション）

ボーイズデニムのロールアップは美脚に見える

太い太もも部分は見せずに足首の細い部分だけ出しとけば、脚ぜんぶが細く見える!

クラッシュデニム 9245 円／ミツマルヘブンアンドアース渋谷 109 店 ボーダーニット 3998 円／アルブム ユニオンバッグ 5775 円／ JSG エナメルブーツ 8295 円／ラグジーガール（サルース新宿マルイカレン店）

これはNG ロールアップしないともっさり

せっかく細い足首まで隠しちゃうと、くびれのまったくない大根脚に見えちゃう……。

デニム 8900 円、シャツレイヤードトップス 4900 円、ニット帽 2900 円、パンプス 2900 円／すべてココルル

杂志迷 zazhimi.com

実はスキニーデニムこそ太ももを助けてくれる!!

黒や色落ち加工がされているスキニーは、シルエットが細い上に太さをごまかしてくれる超スタイルアップボトム！

黒スキニーパンツ4998円／アルブム　モコモコパーカー6930円／レイプロッサ クラリティ プレスルーム　ドットチュニック1260円／リバイブ渋谷109店　ムートンブーツ1万2600円／渋谷フロンティア

うす色スキニーデニム7875円／セシルマクビー　プリントスウェット1995円、ボーダータンク1260円／ともにリバイブ渋谷109店　ムートンブーツ4935円／エスペランサ渋谷109店　その他／スタイリスト私物

エンジニアブーツ1万9740円／渋谷フロンティア　チュニックロンT4095円、ベスト5145円／ともにワンウェイ（プレボワ）　デニムショーパン4095円／ナバーナ渋谷109店

ムートンブーツ3360円／サルース（サルース新宿マルイカレン店）　ロンT1995円、ベスト3045円／ともにWEGO原宿本店　デニムショーパン4095円／ナバーナ渋谷109店

ボリュームのあるムートン・エンジニアブーツは太ももをきゃしゃに見せる

ボリュームのあるシューズをはけば太ももは相対的に見える。秋冬ならブーツがオススメ。

ゆるピタワンピなら太ももが目立たない

お尻までゆるいシルエットで太もも部分がピっとしてると、ラインがごまかせる！

ワンピ7245円、ダウンベスト1万290円、ニット帽3675円、ブーツ5145円／すべてGILFY（ギルドコーポレーション）

ロンスカなら太ももはもちろん脚ぜんぶ隠せる

太ももっていうか脚ぜんぶが太い！　って悩んでるコはロンスカに頼っちゃえ!!　ソッコーでお悩み解決とか☆

スウェットワンピース2415円／リバイブ渋谷109店　ボーダーロンT2498円／アルブム　ムートンブーツ4935円／エスペランサ渋谷109店　その他／スタイリスト私物

ストライプ柄で太ももがスラっと見える

目の錯覚を利用した代表的なスタイルアップファッション!!　カジュアルにしたいならヒッコリー柄で！

ヒッコリーショーパン3045円／WEGO原宿本店　ニットトップス5145円／BLUE MOON BLUE渋谷109店　ニット帽4095円／w♥cヘッドオフィス　エンジニアブーツ1万5540円／渋谷フロンティア

ストライプパンツ8290円　カーディガン335円、キャスケット990円、レースアップブーツ1万6590円／すべてリップサービス　キャミソール998円／アルブム

ひらミニは太ももが細く見える

ひらミニは太ももが隠せる上に、すそが広がっているから脚も細く見える魔法のアイテム！

チェックひらミニスカート8295円、レザージャケット1万2390円、ロンT5145円／すべてリズリサ（ヴェント・インターナショナル）　ニット帽4095円、ファーブーツ1万2390円／ともにリズリサ トゥインクル（ヴェント・インターナショナル）

チュチュスカート5145円／w♥cヘッドオフィス　ラグランロンT735円／リバイブ渋谷109店　ニット帽3045円／SBY渋谷109店　ムートンブーツ4935円／エスペランサ渋谷109店

これはNG　タイトスカートは太さが目立つ

タイトスカートだと、ぴったりしてるから太ももの太さが丸わかり……。

杂志迷 zazhimi.com
蝴蝶网

みんなが気になってる、
ニキビについてのQ&A!

ニキビのお悩みバスターズ

ニキビで悩んでるコって結構多い！　ニキビができるとメイクも思いっきり楽しめないし、人目も気になっちゃう……。
このニキビ、なんとかしたい!!　ニキビってなんでできるの…？　そんなお悩みをバスターズと一緒にふっとばそう！

答えてくれた先生

Dr.マノ
メディカルクリニック院長
まの えいこ先生
住東京都渋谷区恵比寿1-8-1
サン栄ビル5F
☎03-3447-3313
定休日：日、月、祝日

Q1 そもそもニキビって何でできるの??

(椎名ひかりチャン／14歳)

A 9〜18歳は思春期ニキビのお年頃なのです！

大人になってる証拠だよ！

毛穴に皮脂がつまった状態が白ニキビで、それが炎症を起こすと赤ニキビになるよ。成長期はホルモンバランスが変化しているときなので、皮脂の分ぴつがさかんでニキビができやすい！

体質にも関係あり

ニキビはオイリー肌のコがなりやすい！　オイリー肌のコは、毛穴に皮脂や汚れをためないよう清潔に。乾燥肌のコも、乳液などで油分をつけすぎるとニキビになっちゃうので気をつけて。

思春期ニキビは成人をすぎると治るよ！

思春期ニキビは、成長期のホルモンバランスの変化からくる皮脂の分ぴつが原因なので、成長期が終わってホルモンが落ち着いてくると、自然となくなっていくので安心して♪

大人ニキビとの違い

基本的には、思春期ニキビ同様、毛穴に皮脂などがつまるのが原因。ただ、思春期ニキビは自然に体が分ぴつするものが原因なのに対して、大人ニキビは化粧品や汚れなどの外部刺激が原因なことが多い。

Q2 ニキビを防ぐために何をしなくちゃいけないの？

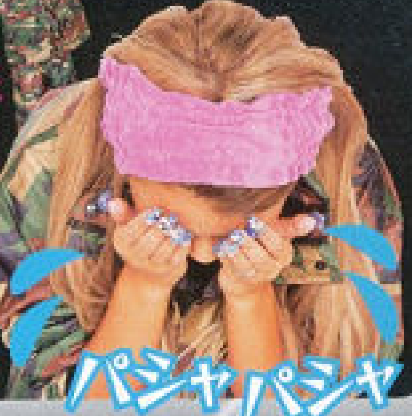
(美咲選手チャン・17歳)

A まずは正しい洗顔&スキンケアです！

STEP 1

洗顔料はこう選ぶ！

特にニキビ用の洗顔料を使う必要はないよ。ニキビ用はさっぱりするのが気持ちいいだけで、その後油分の多いものをつけてしまいがちなので注意。適度なさっぱり感のものを。



STEP 2

脂性のコはW洗顔

クレンジングのみでは顔に脂分が残っているので、必ずW洗顔をしましょう。メイクをしていない日や朝も、クレンジングで毛穴の皮脂を洗った方がよい。ミルクタイプがオススメ。

STEP 3

よく泡立てて洗う

泡が出てくる洗顔料もあるけど、固形石けんをていねいに泡立てた方が泡の密度が濃くて汚れがよく落ちるよ。ごしごしこすると肌を刺激してトラブルになりやすいので優しく！

STEP 4

すすぎを念入りに！

ぬるま湯で、髪の生え際から耳の後ろまで洗い残しがないようにていねいにすすぐ。顔をふくときは、ふんわりとしたタオルで、こすらずそっと押し当てて水分をとろう。

STEP 5

ビタミンC誘導体入りの化粧水が効果的

ニキビとは毛穴につまった皮脂が酸化して炎症がおきた状態。炎症は活性酸素を増やし肌に悪影響を。ビタミンCはコレを抑え、ビタミンC誘導体は特に肌から浸透するので有効。

STEP 6

何でもやりすぎはよくない！

汗をかいたりメイクをした日はすぐに洗顔して清潔にする必要があるけど、やりすぎると必要な皮脂まで失って乾燥しちゃう。乾燥すると脂分を取りすぎてニキビになることも！

Photos／Shinya Nagatome　Illustration／Daruma Komame　Design／Sachiko Wada

杂志迷 zazhimi.com
蝴蝶网 hudie.com

Q6 顔だけじゃなくて いろんなとこに できちゃう！なんで？
（平山友理チャン・18歳）

A 思春期ニキビの位置は決まってる！

思春期に皮脂の分ぴつが多いのはTゾーンとほほの部分。胸、背中も皮脂が多いけど、思春期は出来にくいよ。他の部分に出来ているニキビは、触ったりだとか外部刺激によるもの。

どこに出来るニキビも同じ！

いろんな場所に出来たニキビの形や色が違ったりするけど、みんな同じニキビ。出来たばかりなのか、炎症を起こしているのか、潰してしまったものかの差だけだよ。

Q3 なぜ生理前にニキビが出来やすいの？
（室岡美咲チャン・17歳）

A ホルモンの変化で皮脂の分ぴつが多いから！

排卵から生理までの間は女性ホルモンの変化時期で、皮脂が多く分ぴつされ、ニキビが出来やすくなる。この時期に大量に汗をかいたりして余計な皮脂を分ぴつさせないようにしよう。

Q4 リキッドファンデってニキビができやすいの？
（さこちチャン・18歳）

A 毛穴がつまっちゃうのでオイリー肌は特に注意！

毛穴を埋めちゃうのでニキビが出来やすい！パウダーファンデでも毛穴をふさぐから同じ。ニキビが出来やすいコは、軽くフィニッシングパウダーのみのベースがオススメ。

フルベースメイクはココ一番のとき！

ニキビが出来やすいコは、フィニッシングパウダーとポイントメイクだけの普段メイクに。フルメイクは勝負どきだけにしよう！

Q8 あぶら取り紙ってニキビ予防になる？
（白井里歩チャン・17歳）

A 皮脂を取り除きたいならティッシュの方が有効！

あぶら取り紙は、紙の素材で皮脂が取れたように見えてるだけ。ティッシュや綿のハンカチの方が皮脂は取れる。肌に分ぴつする皮脂は、洗顔料で洗わないと落ちないよ。

Q7 ニキビのあとって治んないの？
（西山宏美チャン・18歳）

A きちんとしたケアでなくなります！

ニキビあとがなくならない気がするのは、ちゃんと治っていないうちから刺激を与えるから。毛穴を清潔に保ち、ビタミンCで活性酸素を抑えれば、ニキビあとは残らないよ。

Q5 ニキビ専用品を使ったら悪化した!! どうすればいい？
（館野 亜梨沙チャン・18歳）

A 多分乾燥させすぎ！使用をひかえて

強い洗顔料を使うと、スッキリして治ったと思いがち。それではニキビの芯が治ってないし乾燥して肌荒れに。ちゃんと洗顔をすれば皮脂は流せるので、肌への負担はさけよう。

Q10 本当にストレスってニキビと関係あるの？
（深沢 かんなチャン・16歳）

A ニキビが出来てることがストレスになってるだけ！

ストレスのせいでニキビが出来るのじゃなくて、ニキビがあるからそれがストレスになって、メイクやヘアで隠そうとし、ニキビが悪化していく。という悪循環にハマってるんだ。

Q9 寝不足ってダメなの？
（斉藤夏海チャン・17歳）

A 直接ニキビとは関係ないよ！

思春期の頃は、睡眠時間とニキビは直接関係ないよ。ただ、メイクしたままの肌で長時間過ごすと、毛穴に皮脂がつまっちゃうのでニキビの原因に。健康で清潔な肌でいることが大事！

Q12 ニキビができたらどうしたらいいの？
（鎌田 安里紗チャン・17歳）

A ニキビを治したいなら、刺激を与えないこと！

たまにニキビが出来るコは、ニキビの部分だけメイクをガマンして清潔にしていればすぐに治ります。大量に出てなかなか治らないコは、専門的に皮脂の分ぴつを抑える必要があるので、皮膚科の先生に相談してみて。

Q11 チョコレートってニキビできやすいの？
（山田史織チャン・16歳）

A 食べ物とニキビは関係ありません！

何かを食べたからニキビが出来ることはないよ。ニキビの出来やすい生理前に甘いものが食べたくなり、それを食べたときにニキビが出来るから、甘い物のせいにしちゃうだけ。

便秘もニキビとは無関係

排卵から生理までの間は、便秘にもなりやすい時期。直接ニキビとは関係ないけど、野菜を多くとって、健康な体を作ろう！

蝴蝶网 hudie.com
zazhimi.com

ウソホント!? みんなもバスターズ!!

ニキビ予防法

ニキビに悩んでるみんながやってるオリジナルの予防法が、正しいかどうかを先生に聞いたよ！　あなたもどれかやってたりする!?

それって正解!?

角センをとりまくる!!

角セン取っときゃOK!?

角センを取る棒で、脂があったら取りまくってマス!!　これでお肌ツルツルだよ♪（高野愛梨チャン・18歳）

先生のアドバイス △
黒いニキビの色は取れるけど、赤いニキビには効果がありません。肌を傷つけるので注意。

洗顔の泡を顔につけて5分以上放置！

洗顔のとき、いっぱい泡を作って、顔につけたまましばらく放置してる！（ぴょんチャン・14歳）

先生のアドバイス ×
絶対ダメ！　肌を乾燥をさせ、それをおぎなうために余計な脂分をぬってニキビの原因に。

納豆がきく！

納豆は肌にいいっしょ♪

納豆大好き☆　女性には納豆のイソフラボンがイイって聞いて、毎日食べてる！（美咲選手チャン・17歳）

先生のアドバイス ×
納豆のイソフラボンと女性ホルモンは似ているけど別物なので、直接肌に影響はないです。

お母さんの養潤液を使う♪

超しっとりするの！

お母さんが使ってる、超うるおう養潤液を使ってる！　これってうちの歳でもあり!?（かにゃにゃチャン・18歳）

先生のアドバイス ×
保湿成分が強いので、ニキビの出来やすいコはひどくなります。乾燥肌のコには△。

5分以上洗顔！

とにかく洗顔に力入れてます！　5分以上は洗ってる。超さっぱりするんだ★（足立 和香奈チャン・15歳）

先生のアドバイス ×
汚れが落ちたらすぐに洗い流すこと。脂分は取らなければいけないけど水分は取らないで。

化粧する前にシーブリーズをつける！

さっぱりするよ！

さっぱりするローションをつけてからメイク。ママから習ったの！（ゆいぽんチャン・16歳）

先生のアドバイス △
部分的には有効ですが、人によっては乾燥させすぎる可能性があります。適量を使って！

せいせい水でパックしている

せいせい水をたっぷりしみこませたシートでパックしてて調子イイ♪（山田睦実ちゃん・18歳）

先生のアドバイス ×
全く意味がありません。ただの水で、保湿力もなければ、乾燥させる力もありません。

顔を洗いすぎない

うちは顔を洗いすぎるとニキビが出来ちゃう！　これってなんでですか??（山田史織チャン・16歳）

先生のアドバイス ○
洗い過ぎると肌を乾燥させてしまいます。脂性のコで1日3回、それ以外のコは1日2回。

ビタミンをいっぱいとる

ビタミンC♥

皮膚科で出してもらったビタミン剤を飲んでるから、肌の調子イイ♪（天野いおりチャン・16歳）

先生のアドバイス △
ニキビに直接効くわけじゃないけれど、ビタミンCは身体が酸化するのを防いでくれます。

化粧水の前にせいせい水！

洗顔後、せいせい水をぬってから化粧水をぬるよ。友達の間で超はやってる！（前川桃夏チャン・18歳）

先生のアドバイス ×
水で洗った後に水をぬっても意味がありません。洗顔後すぐに化粧水をぬった方が○！

つぶしてふきとる!

ニキビが出来たら、ソッコーつぶしてティッシュでふき取ってるよ！（斉藤亜海チャン・17歳）

先生のアドバイス ×
傷が残ってしまうので、絶対つぶしてはいけません！　バイ菌が入ってしまいますよ。

半身浴!

半身浴は、季節関係なく毎日やってる！　肌の調子が超良くなった♪（田中まり恵チャン・18歳）

先生のアドバイス ×
汗と一緒に皮脂が出て、顔にも身体にもニキビが出来やすくなります。乾燥肌のコは潤う。

オ○ナインの上にバンソーコー!!

みんなやってるけど!?

ニキビが出来たら、オ○ナインをぬってバンソーコーをはれば治る！（長野有里奈チャン・16歳）

先生のアドバイス ×
脂でニキビをコーティングしてしまうことになるので×。極力無駄な脂をつけないように。

ニキビ→ストレス→ニキビの悪循環をたちきれ！

ストレスバスターズ

ニキビでストレス感じて、隠そうとしてまたニキビが悪化……ってならないように、ストレスを吹っ飛ばせ!!

フロ!!

湯船につかれば、超リラックス効果あり♪　コレも、汗のかきすぎには注意してね～！

小動物!!

小動物やキャワイイものって、超癒される♥　キャワイイものはストレスを飛ばす！

カラオケ!!

ギャルのストレス発散といえばコレ！　思いっきり騒げば、ストレスは吹っ飛んでくのだ☆

寝る!!

ヒマがあれば鏡を見るからストレスになる。見ちゃうからいじりたくもなる。寝て忘れて!!

運動!!

体を動かせばニキビのことなんて忘れる。でも、汗のかきすぎはニキビに悪いから注意！

蝴蝶网 hudie.com　杂志迷 zazhimi.com

R'sにココルル店員に進学校JKに、このコただものじゃないです!!

ありちゃんってスゴくね

R'sに新加入した「ありちゃん」。このコ、なんかスゴイんです!! R'sで読モをやりながら、偏差値70近い高校に通い、週末はココルルのSHOP店員として働いて……と、とにかくスゴイのっ! そして、話を聞いてれば出てくる出てくる、スゴイ一面が!! もう驚かされっぱなしの、ありちゃんのこともっと知りたい!!

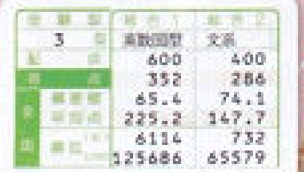
Photos／Norikazu Hashimoto<f-me> Design／Shogo Aoki<ma-h gra>

色んな顔を持っているありちゃん、大注目です!

まずはありちゃんの持っている、色んな顔を見てちょーだい!! やりたいことは全部やるって信念をつらぬいてたら、いつの間にかこんな状態（笑）。

鎌田 安里紗チャン（都立国際高校2年・17歳）

偏差値70近いJKありちゃん



「どっかの参考書によると、偏差値67とかだった気がします。学校に行くと、周りの友達に刺激を受けるから面白いんですよ！」

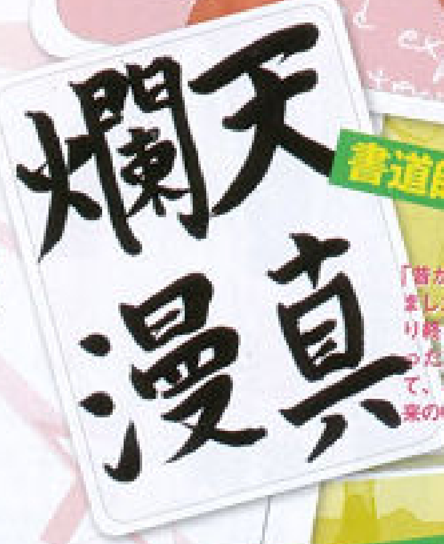
フルート奏者ありちゃん

「中学時代にたまたま入ったブラスバンド部が、県大会、金賞の常連だったんですよ」。厳しかったから、フルートも全国レベル（笑）!?

国際派ありちゃん

「今の高校が国際系の学校だから、英語は得意かも。お兄チャンが最近アメリカの大学に行ったんです。私も、いつか留学とかしたい。」

書道師範代ありちゃん



「昔から書道を習ってました。確か、段は取り終わって8段とかだった気がします。」って、こんなコ、みほ以来のいっさいやーん

人気ブランド ココルルSHOP店員ありちゃん

「週末は渋谷109で人気ブランド、ココルルのSHOP店員として働いてます♪ 最近、声をかけてくれるコが増えてうれしいです☆」

CROOZブログランカーありちゃん

「人気ブログサイトCROOZでアクセスランキング10位付近までいった！」http://blog.crooz.jp/usr/aritann/aritann/?guid=on

読者のあこがれ R'sありちゃん

毎月毎月カワイくなって、努力でR's入りを勝ち取ったありちゃん！「もっとヤセて、ポージングも練習して頑張ります！」

左利きありちゃん

「え、ってか、これ必要ですか?? なんかこじつけっぽい気がするんですけど……」そう、そしてありちゃんは冷静な左利きギャルだよ♪

アウトドア部部長ありちゃん

「高校のアウトドア部で部長をやってて、小さいころ富士山にも登ったことあります。でもそう言えば、何で部長なんですかね～！」

めくるたびに出てくる**個性的**な**ありちゃん**の顔!!

蝴蝶网 hudie.com

杂志迷 zazhimi.com

色んな顔を持つ
ありちゃん生ライフを初公開!

こんな活動的なありちゃんの、普段の生な姿をランズキが独占入手（笑）。仕事に、勉強に、遊びに、とにかく毎日忙しそうなんだけどっ！

ココルル

本人もお気に入りで、私服もたくさん持っているココルルでの働きっぷりをお見せします！

ありちゃんは、まだレジは任せてもらえないんだって(泣)。これからもっと頑張ります！

ここがありちゃんが働く、渋谷109のココルル☆ 働き出してもうすぐ、1年になるよっ。

仕事で一番好きなのは、やっぱり接客っ♪ オススメしたコーデ全身買ってもらえた時は、ホントうれしい!!

インフルエンザのニュースが流れてから、SHOP店員はマスク着用なんですよー！

SHOP店員さんは華やかな仕事に見えるけど、大荷物の出し入れなど体力が必要なんです！

ありちゃんココルル計算コーデひろ～

ありちゃんはファッションでも色々計算してる!! 秋新作での賢いコーデ、参考にしてね！

プレミアムダウンはファーがゴージャスで大人！ スニーカーも色味とブーツっぽい形で、背のびなアイテムにしてみました!!

左右でソデの色が違うロンTにベストを着れば、両方のソデの色が見えるからカワイイ重ね着コーデができるんです！

ちょっと細めのボーイズは、縦の色落ちで脚長効果！ キャップで身長UPして、ブーツインで、脚細く見せれば、全身で細長い印象になります！

現在のありちゃんサイズ

これが、今現在のありちゃんのリアルサイズだよ！ 下のプリは高校受験が終わった時期で、ありちゃん史上最もプーデーだった時（笑）!!

ダイエット

意外にも飽きやすい性格だから、この3つのダイエットをバランス見ながらやってるんだって！

ありちゃんのオススメするダイエットはこれ!

朝夜ゴハン逆転ダイエット

18時以降食べないのやりたかったけど、自分では絶対無理って分かってたからちょっとアレンジ。朝をがっつり、夜を少なめにしてるんだって。

ランニング

結局、体を動かすのが一番健康的だと思う。基本、長く続けられるのじゃないとやらないかも。

半身浴

お風呂好きだし体にもイイみたいだから。半身浴しながら、ブログを書いたりしてる♪

ランズキ

まだまだ経験は浅いけど、ランズキにもじょじょに慣れてきたみたい。R'sとも仲良し～☆

この撮影の日も、一緒にプリ撮ったんです(笑)！ プリの落書き見て！ ほらねっ♪

「なんか最近きづくと、りかと一緒にいる！」 あのノリの良さは、ホントうらやましいなぁ（笑）。

一緒にR's入りした、なつぅみと、レレこも仲イイの♪ みんなで盛り上げていきま～す！

もう卒業しちゃったけど、まいぷぅさんのメイクやファッションが大好きだったんです!!

家族・地元

実家が徳島のありちゃんは東京でひとり暮らし。幼いころや、地元でのありちゃんも見せちゃうよ!

徳島の実家前で、1歳の時！ 小さいころはもう、人見知りが激しいコだったんです。

小学校時代は男のコとケンカばっかしてた!! 英語の落書きはホームステイした時に書いたよ。

アムロチャン意識して、腰くらいまでのロングヘア。なぜか、ハーフ？ って言われてた時代。

今でも仲良しな、よしみと神社で踊りをした時の。左がよしみ、右がありさだよ。

中3の時で、なんかナチュラルサーフな感じ。雰囲気は今に一番近いかもしれないです。

一緒に写ってるりかこは、他校のコ。基本、ギャルっぽいコは、駅で友達になった他校のコ（笑）。

徳島の地元仲間「じもっぴ」です！ R'sになった時、「ウソでしょ!?」って20回くらい言われた(笑)！

中学まではマジメ過ぎて大嫌いだったけど、今ではすごい尊敬してる!! アメリカの大学に通ってるんだ♪

学校

国際系で、進学校のありちゃんの高校。やることやってれば、金髪もOKな自由な校風。

学校には外国のコが普通にいるんです！ 色んな考え方があるんだなって勉強になる!!

アウトドア部では、高尾山とかの登山が基本で、あとは学校の裏庭でBBQとかをしてるよ！

制服は指定のスカートに、シンプルなシャツに、カーデとか。もうホント手抜きしてます（笑）！

ありちゃんの制服コーデはP.53で見れるよ☆

友達

遊ぶ時は、だいたいこのメンツっていう4人組「U-16」!! みんなチョーテキトーなんです(笑)！

みんな場面で動きすぎるから、時々ホントに説教するんです！ この間、ぼちゃ（あいぼちゃ）が適当すぎるから、真剣に説教しました（笑）!!

ここだけの話ありちゃんってどーいうコ?

昌美(ま)：4人の時は、大体ぼちゃと未来がキモいことしてて、ウチとありさが「キモいね～」って後ろで見てる(笑)。で、時々ウチがふたりに混ざると、「まーチャンまでやめてよ～！」って(笑)。

未来(み)：そうそう、ありさは落ち着いてる。ってか、KYだっ!! ウチらが盛り上がってダーって走ってて、気づくと後ろで赤信号につかまってる!! でも一緒にいて気つかわないでイイんだよね。

あいぼちゃ(あ)：私は説教しすぎて、ありさに怒られた!! 普通なら「は!?」って感じだけど相手がありさだと「ゴメンなさい」って思う(笑)。

み：で、ありさにホメられるとなんかうれしいんだよね♪

ま：しかも、実は「かまってチャン」じゃん？ ウチらが帰ろうとすると「もう帰っちゃうの？ さびしいよぅ」とか言うし!! もう完全にウチらありさに萌えだよね(笑)！

あ＆ま＆み：ってかツンデレ！

「夢は努力して手に入れる！自分が動かないと何も始まらない!!」

やると決めたことは、とことんやる！　やりたいことは全部やる!!
それを有言実行してきた、ありちゃんの心の中を語ってもらったよ。

何かを求めて行動すれば周りが変わるのかも

私、なんだかんだ言ってるけど、勉強が好きなわけじゃないんです（笑）。ただ、自分にプラスになることをしていきたいなとは思いますけど。そういうことって、全部楽しいことばかりじゃないですしね。

なんか小学校まで、極度の人見知りで本気で悩んでた時があったんです。で、たまたま友達が行ってる英会話教室について行ってた影響で、中1の時、親にお願いして、思い切ってオーストラリアに2週間ホームステイしたんです。で、ホームステイから帰ってきたら、親や友達みんなに「なんか、ありさ変わった！」って言われるようになったんですよ。自分でも、ちょっと人見知り軽くなった？　って気がしてました。その時に、英語をやっていたことで、自分の嫌いなトコが変わっていくことを感じて。それから、ちょっと勉強することって大事かもって思うようになったりかな。

そんな影響もあってか、高校は絶対に国際関係のところに行きたかったんです。あと、先生達に「お前は外見はそんなんだけど、しっかりやることやってるから、注意したくないんだけど、ガマンして、校則守って欲しい」って言われてて（笑）。だから、校則が厳しくないっていうのも条件で、今の高校を見つけたんです。頭イイわけじゃなかったから、受験まで[illegible]ヶ月しかなかったから、死ぬほど勉強しましたよね！

ストレスで7kg太ったりしたけど、そのおかげで今校則に悩まされないし、上京がキッカケで、SHOP店員にも興味持ち始めて、そのおかげでR'sにもなれた！　あの時努力して頑張ったおかげで、自分の自由を選べるし、なりたい自分に近づけたんです。自分が求めることを見つけて、自分から行動すれば何かが変わったり、周りで何かが起こったりするんだなって!!　だから、やりたいって思ったことは全部やってみよう！　って思ってるんです。

高校に行くために上京してきて、R'sもやって、SHOP店員もやって、今やりたいこと全部やれてるんです、幸せなことに♪　だから、今スタートラインに立たせてもらったことを、どれも手を抜くことなくレベルアップさせることが今は一番大事な目標！　その中で、将来も続けていきたいことを探していければいいなって思っています☆　って、ランズキのインタビューで勉強の話ばっかしてるコとか、キモいですよね（笑）？　つまんないヤツでゴメンなさい（笑）!!

やればできる!!

ありちゃんの今、努力でどーにもならない事をこくふくしよー!!

ありちゃんの今の悩み「私、ノリ悪いんです……」。そんな迷える後輩を助けるため、先輩悪ノリR'sりかちゅうが立ち上がった☆

「ランズキ」って書いてみよ～♪

「ズ！」ありちゃんの脚に首をもってかれて、りかちゅうの首が危ない角度になったよ！

「ラ！」ありちゃん、カワイコぶってる。りかちゅうは、目を閉じて寝てるみたいだよ。

「キ!!」ふたり仲良く気持ちよさそう。りかちゅうは、先輩なのに終始寝てたよ！

「ン！」ありちゃんの顔が、楽しそうになってるのが見てとれるよ。りかちゅうはきっと寝てるよ。

タイツをきっかけに、ありちゃんが暴走し始めた！　みんなも、カベにぶつかったら誰かに相談してみて☆

なんか、ありちゃん悪ノリしてきたけど…
これからありちゃんをよろしくね！

あぁ、見てるこっちが心配になるくらい、温度差があります。ドキドキする。大丈夫かなぁ。

ノリだけ企画 モジモジ君！　やっちゃいます！

「絶対にイヤです!!」と言われながら、強引に着せた全身タイツ。なんかわりと似合ってるよ♪

ノリの良さNo.1のR'sりかちゅうと

ありちゃんの悩み ノリが悪いこと

の!? これを読めば完ペキふた重ができる!

メイク

一瞬で整形級のデカ目になれる最強アイテム『ふた重のり』と『メザイク』。これがなくちゃ生きていけない!! って読者のコもかなり多くて、つけ方のテクニックも日々進化中。そこで、最新&最強のふた重メイク事情を発表。より盛れるデカ目になれちゃいます!

Photos／Masato Juman　Text／Mie Arisumi
Design／Yoshihito Okada<ZEN>

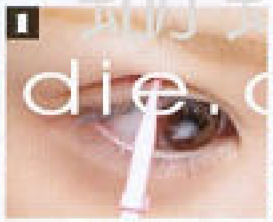
※この特集で着用した衣装はすべてモデル私物です。特にクレジット表記のないものはすべてモデル私物です。

初心者さんにオススメ

01 ふた重のりの基本的な使い方

用意するもの

ふた重のりと付属のプッシャーを用意。ふた重用ののりは乾きが早いタイプを使うと忙しい朝に便利だよ。逆に初心者さんは乾きの遅いタイプを使えば、じっくりラインが作れる。

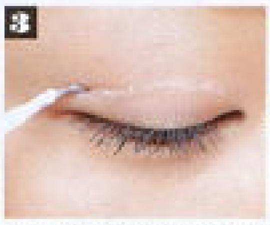


1 まず、プッシャーで理想ラインを探る

いきなりのりをつけるのは失敗のもと。どこにラインを作るのがベストか、プッシャーで探ってみる。

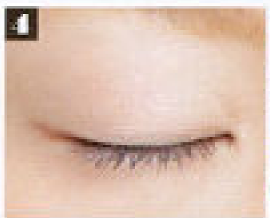
2 容器の口元でのりの量を調節する

のりをつけるときは、容器の口元で筆先をしごいて分量を調節してね。つけすぎは絶対NG。



3 いよいよまぶたにのりを塗る

まぶたに汚れなどがついていないか確認してのりを塗る。目頭〜目尻部分まで長めに入れる。



4 のりが半透明になるまで乾かす

のりを塗ったら少し放置して、白いのりが半透明になるまで乾かす。目を開けないように注意して。

5 プッシャーで中央部分を強く押す

付属のプッシャーで中央を強めに押す。くっついたら目頭を押し、最後に目尻を押してライン完成。

ふた重のりのふた重完成!

ふた重のりで作ったふた重。目頭から目尻まできっちり貼りついているし、わざとらしさもなくナチュラル。

ちょっと慣れてきたコににオススメ

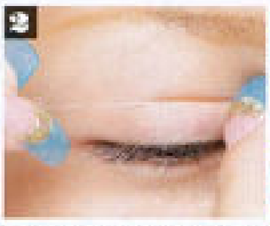
02 メザイクの基本的な使い方

用意するもの

メザイクと小さいハサミとプッシャーを用意。メザイクはドラッグストアなどで買えるよ。小さいハサミはまゆ毛用のものを代用してもOK。プッシャーは仕上げに活躍!

1 メザイクはギリギリまで伸ばす

伸ばしすぎると切れちゃうし、伸ばしが足りないと太くなっちゃう。切れるギリギリまで慎重に伸ばして。

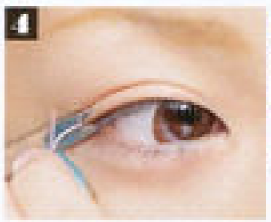


2 まぶた中央に強めに糸を押しつける

ライン位置をプッシャーで確認したら、メザイクをまぶたに貼りつける。肌にくい込ませる感じ。

3 目を開けつつ目頭&目尻も貼りつける

メザイクがまぶたについたら、目をゆっくり開いて目頭、目尻にも貼りつける。このとき力は強め。



4 ハミ出したメザイクをハサミでカット

目頭と目尻のあまったメザイクをカットする。接着しているギリギリで切ると仕上がりがキレイ。

5 最後にプッシャーでラインを念押しする

メザイクの上からプッシャーで押して、より密着力を高めて。このひと手間でキープ力に差が。

メザイクのふた重完成!

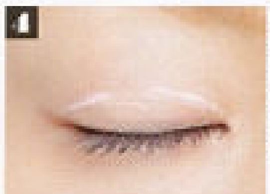
欲張りな整形級の平行ラインも無理なく作れちゃう! ファイバー糸を押し込むので、より深いラインが完成!

超上級者にオススメ

03 ふた重のりとメザイクの両方使いをマスター

まずはふた重のりのプロセス1〜3を行うよ!

ふた重のりとメザイクのダブル使いの場合、ふた重のりからつけ始めると、長い時間くっきりふた重がキープできる!

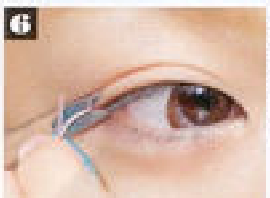


4 ふた重のりが乾ききる前にメザイクを!

ふた重のりがまだ少し白いうちにメザイクをつけるのがコツ。乾ききってしまうとくっつきが悪くなるから早めに。

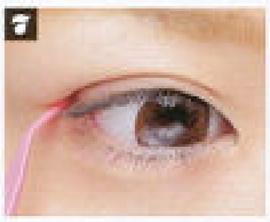
5 いつものようにメザイクは真ん中から

普通にメザイクをつけるときのように真ん中からつける。のりの奥に入れ込むように強めに押しつけてね。



6 あまったメザイクをハサミでカット

あまったメザイクをハサミでカット。カミソリでやると、よりギリギリでカットできるけど、危ないから注意して。



7 両端をプッシャーで押していく

メザイクの両端をプッシャーで押す。これで、糸の浮きをふた重ラインの中に押し込めるし、はがれにくくなる!

ふた重のりとメザイクでのふた重完成!

ふた重のりだけだとラインが浅いし、メザイクだけだと端から浮き上がる。その両方をカバーできる方法がコレ。

ふた重メイクはこの2アイテムを使うのが基本!

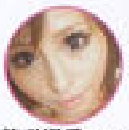
ふた重メイク界の東西横綱といえばこの2つ!!
どちらもGALのポーチの必需品♪

ふた重のり

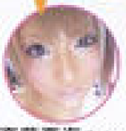
まぶたにのりをつけて、プッシャーでラインを作り、新たなふた重ラインを作り出す。アイトーク／編集部私物

このアイテムの特徴・メリット
初心者でも比較的失敗することなく使える。筆で塗るだけで時間もかからず、失敗してもやり直せちゃう。

ふた重のりをオススメします!



美咲遥手チャン（高校3年・18歳）
ふた重のくせが強くてメザイクだと戻っちゃう。のりの方がしっくり。



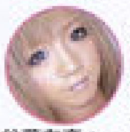
斉藤夏海チャン（高校2年・17歳）
ふた重のりは初心者にオススメ! メザイクと二緒に使うと取れにくくなる。

メザイク

特殊な伸びる粘着ファイバー糸をまぶたに貼りつけて、ふた重ラインを作るアイテム。メザイク／編集部私物

このアイテムの特徴・メリット
クッキリしたふた重ラインが自然に作れる。キープ力もあり、汗や皮脂に強いから1日ラインが崩れない!

メザイクをオススメします!



谷藤友奈チャン（BLEA専門部1年・19歳）
メザイクははがれにくいし、ずっと愛用してるとくせがつくからイイ!

間宮梨花チャン（17歳）
のりタイプは幅が広げにくいし、仕上がりが汚くなるから絶対メザイク派。

どこに入れるの!? どうすれば自然になる

みんなの!! ふた重

R's流のふた重メイクをレクチャー!!

R'sも、実は撮影時やプライベートでふた重メイクをしてるよ。メイクのどの段階でつけるのか、モデル的テクニックを公開!

厚めのまぶたがくっきりクールEYEに大変身!

斉藤夏海チャン（高校2年生・17歳）

もともとひと重のなつぅみは

メザイクとふた重のりでふた重を作る!

なつぅみはダブル使いでひと重からくっきりふた重に劇的チェンジ!

この時点でふた重を作る!

つけまつ毛の重みのせいか、自然にふた重のラインが誕生する。この段階で、すっきりふた重さんにチェンジ!

1

つけまつ毛をつけてややふた重にする

ベース・シャドウ・ラインを描いたらつけまをつける。つけまをつけた時点で、ちょこっとふた重になる!

2

メザイクを中央に超強く押しつける

まずはメザイクからつけるよ。もともとひと重でまぶたが厚いから、メザイクはかなり強く押しつけちゃう。

3

メザイクを押してさらに念押し!

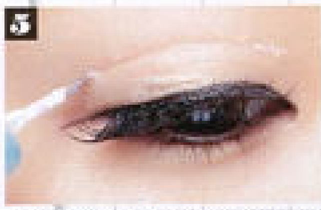
メザイクをプッシャーで押して奥へ入れ込む。厚いまぶたのコは貼りっぱなしじゃなくて、こうやって押すのが大事。

4

メザイクはあまり長くしない

横幅を広くするというより、ふた重の幅を作りたい派だから、目尻はあまり長くしなくて目の幅と同じくらい。

5



両端にふた重のりを塗って浮きをカバー!

メザイクは目頭、目尻の両端から浮いてきちゃう。だから、両端にだけふた重のりを塗って持続力を高めるよ。

なつぅみのふた重メイクの手順

ベースメイク
▼
アイライン
▼
つけま
▼
メザイク
▼
ふた重のり
▼
アイシャドウ

アイメイク＆つけまの後にふた重メイクをする派。「つけまをつけると少しふた重になるんだ。それを基準にラインを決めてるよ!」

なつぅみがふた重のり&メザイクを入れる位置はココ!

メザイクの横の長さは3cm。幅はひと重だから、目のキワから6mmとちょっと欲張りぎみ。ここがベストバランス!

Close Up

Before

もともとふた重のゆーゆは

メザイクでふた重の幅を広げる!

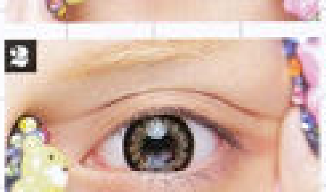
もともとふた重のゆーゆ。でも、もっと幅が欲しいってことでメザイクを愛用。外国人なみのデカ目に!

1

位置を確認したら目を閉じメザイクを

なりたいふた重ラインの目安がついたら、目を閉じてメザイクをまぶたの中央につける。たるみのないようにピンと張る。

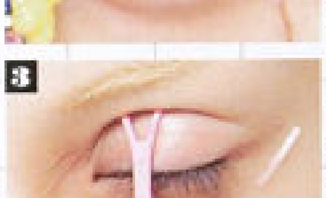
2



両サイドもかなり強めに貼りつける

両サイドも肌にくい込ませるように押しつけながら、目を開ける。目を見開くように開けるとしっかりくい込むよ。

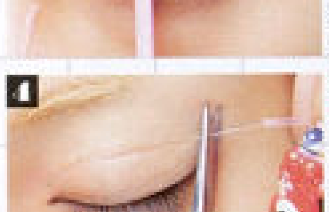
3



プッシャーでこれでもかってくらい押す

あまったメザイクをカットする前に、ここで一度プッシャーで強く押す。最終的なふた重幅を微調整するよ。

4



最後にあまったメザイクをカットする

何度かまばたきをして納得ができたら、両端のあまったメザイクをカットする。目頭→目尻の順にカット。

ゆーゆのふた重メイクの手順

スッピン
▼
メザイク
▼
下地
▼
ファンデ
▼
アイメイク

なんとメザイクをメイクの1番最初にやっちゃうゆーゆ。「何もつけてない肌につけたほうが接着力がイイ!」。

目頭から目尻までハッキリ平行ふた重に!

峯村優衣チャン（BLEA大学1年・18歳）

Close Up

Before

ゆーゆがメザイクを入れる位置はココ!

メザイクの横の長さは1.7cmとやや短め。幅はふた重のラインより2mm上。幅を出すだけだから短めで大丈夫!

zazhimi.com

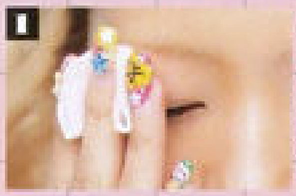
重メイク㊙テク!!

日々愛用しているおかげで、
より最適な使い方を見つけたり、
思わぬ裏ワザを発見したり……。
みんなの達人ワザを発表！

メザイクやアイプチをキレイにつける方法

失敗を繰り返してみんなが見つけたキレイにつける方法で、今よりもっとキレイに!!

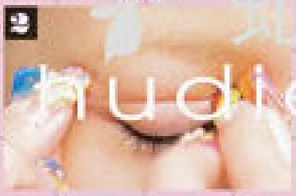
メザイクやアイプチをつける前に肌をキレイにしておく



1 最初にまぶたの汚れや皮脂をオフ

まぶたには汚れや皮脂がいっぱい！ メザイクの接着力を高めるために、化粧水などで[illegible]を軽く[illegible]

2 化粧水が乾いてからメザイクをつける



化粧水が完全に乾くのを待ってからメザイクをつける。急いでいるときはティッシュなどでふいちゃおう。

完成

両端のあまったメザイクをハサミでカットしたら完成。最初に汚れをオフしたから糸のくい込みもバツグン！

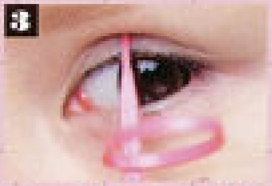
プッシャーでふた重のラインをくせづけしてからのりをON

1 プッシャーでふた重のラインをくせづけ

まず、のりをつける前にプッシャーでおおよそのラインを探る。何度か強めに押してくせをつけてみて。

2 目を閉じてふた重のりを太めに塗る

目を閉じてくせづけしたラインにふた重のりを塗る。はじめてふた重にする場合はのりは太めにON。



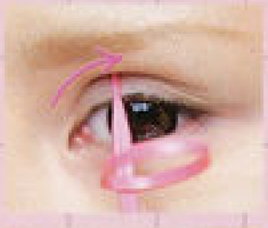
3 ゆっくり目を開けてのりをくっつける

ふた重のりが半乾きになってきたら、プッシャーをあてたまま目を開けてのりをくっつける。

完成

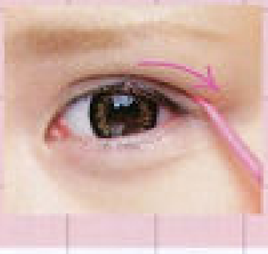
最初は激しくまばたきしちゃうとのりが外れちゃうから気をつけて！ のりが乾けばしっかりくっつくよ♪

プッシャーは1本のほうを使うとキレイに仕上がる



I字を目頭側に押しつける!

ふた重のりやメザイクをつけたら、プッシャーのI字型のほうを目頭に当ててラインを作るよ。

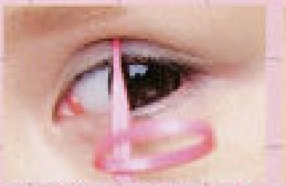


プッシャーを目尻へと移動する

プッシャーをジワジワと目尻方向にスライドさせていく。これでくっきりラインが完成。

プッシャーはY字とI字になっているよ。作るふた重幅やまぶたのタイプで使い分けを。

プッシャーを押すのはのりが乾いてから



乾き始めたらまぶたをプッシャーで押す

のりが乾き始めたらプッシャーで押す。完全に乾き始める前に押すのがキレイに仕上げるコツ。

プッシャーを押すのはのりが乾いてから

ふた重のラインを作るのはのりが乾いてくるまで待って。塗ったのりが透明になってきたらOK。

自分の目に合ったふた重ラインの見つけ方

欲張りたい気持ちは分かるけれど、自分の目になじむ位置を見つけるのも大切だよ。

自分の目に合ったふた重ラインの見つけ方

これがプッシャー

これがプッシャー。ふた重のりの付属でついてくるよ。Y字型とI字型の2WAYタイプが主流。

自分に最適な位置をプッシャーで探す

プッシャーでまぶたを押して、よりムリなくデカ目になれるラインを探す。いろんな位置で試して。

プッシャーを肌から離して様子を見てみる

プッシャーを離してラインの状態を見る。頑張ってまぶたに力を入れれば短時間ならキープできる！

不自然なライン ちょっと欲張りすぎじゃない？ 外国人風を通りすぎて、ちょっとムリがある感じ。やりすぎは禁物だよ。

自然なライン これぐらいのふた重なら自然。しかも、かなりホリが深く見えて、デカ目にもなった。目ヂカラも倍増！

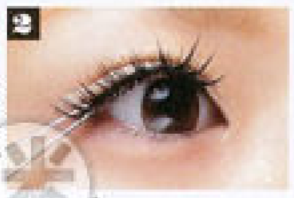
ふた重はつけまでも作れる!

つけまつ毛をつける位置によって、自然とふた重になったり、ふた重の幅が広がることがあるよ!

1 目頭部分はまぶたのキワから離す

つけまつ毛は目頭からつけていくよ。目頭側は、まぶたのキワから少し離れた位置につけていこう。

2 目尻側はまぶたのキワにくっつける



目尻側に近づくにつれて、つけまを徐々にまぶたのキワに近づけてつける。こうすると自然とふた重になる。

つけまつ毛をつけていないときはふた重のラインがあいまい。つけまつ毛をつけたら、その重みのおかげでふた重のラインがクッキリ！

メザイクをより自然に仕上げる方法

メザイクを上手く使いこなせないコは、長さやつける幅を変えてみるとイイ!

目につける幅を2cmくらいにすると自然に仕上がる!

長さは2cm、幅は実際のふた重ラインの1~2mm上に設定するとより自然に仕上がるよ。強引に作ると残念な目になっちゃうから気をつけて。

完成

まぶたの厚さによっても多少変わるけれど、これくらいの幅や位置につけると仕上がりがナチュラル。ムリがないから持続力もアリ！

メザイクは8cm程度伸ばすと接着度や強度が最適に!

たるみなくピンと張れる長さが8cm程度。これ以上伸ばすとメザイクが切れることも。糸は細いほうがふた重ラインがキレイに仕上がるよ！

伸ばしすぎるとこうなる!

糸にたるみができちゃったり、勢いあまって切れたりするのはNG。何本か練習してみればコツがつかめるはず。

hudie.com
zazhimi.com

蝴蝶网

ふた重メイクをより自然に仕上げたい!

みんなのふた

メザイクやふた重のりを目立たなくさせる方法

みんなが1番知りたいのが実はコレだったりして!? 目立たなくする方法を教えます!

ラメアイテムを重ねてラインを目立たなくさせる

ラメライナーをのせていく
ラメ粒子が大きめのライナーをまぶた全体にのせていくよ。ラメのおかげで、目をふせたときも光が拡散されてラインがごまかせる!

メザイクをつけてからラメライナーをメザイクの上にもしっかり塗る。キラキラ粒子のおかげでラインが全然目立たなくなった!

つけまをつければふた重メイクを隠せる

つけまつ毛の毛先がメザイクの前にイイ感じにくるから、メザイクを隠してくれる! 超お手軽なカバー方法だよ!

つけまつ毛をつけていない目元がコレ。さっぱりしすぎていて、メザイクをした感じが分かってしまう!

濃いめのシャドウをのせてダブルライン風に仕上げる

まず、まぶた全体にシャドウを塗る
まずは、普段のアイメイクのようにアイホール全体にシャドウを入れる。肌なじみのいいブラウンシャドウを使うのがオススメ!

メザイクの上にシャドウをライン状にON
メザイクの上をなぞるように1よりも濃いめのシャドウを入れる。ライン状に入れることで、ダブルラインっぽく仕上がるんだよ。

メザイクの上にブラウンシャドウを引いたおかげで、ダブルライン風な目元に。メザイクの筋がほとんど分からなくなったでしょ?

ふた重メイクのあとにベースメイクをしてカバーする

ベースメイクの前にふた重メイクをする
スキンケアをしたらふた重メイクをしよう。その後にベースメイクをしてカバー。ファンデはトントンと軽く叩く感じでのせるのがコツ。

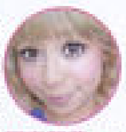
メザイクの上からファンデーションを塗ると、クリアの糸が肌色になって、イイ感じにボカされるよ。さらにアイメイクをすればより自然に。

こうやってアタシは自然にふた重になった!

1 ふた重メイクを何度もする!

生まれたときはひと重や奥ふた重だったのに、ふた重メイクを何年もしていたら、くせがついてクッキリふた重になることもあるらしい!

斉藤夏海チャン (高校2年・17歳)
ふた重のりをやってたら線が増えて三重とかになった経験があるよ。

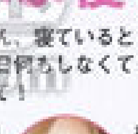


間宮梨花チャン (17歳)
ふた重メイクを何度もやっていたら、最近奥ふた重っぽくなってきた!

2 寝るときもふた重メイクをしたまま寝る!

起きているときはもちろん、寝ているときもふた重メイクをしておくと、翌日何もしなくてもずーっとふた重でいられるんだって!

谷藤友奈チャン (SLEA専門部1年・18歳)
中学時代にふた重のりをし続けていたら、ふた重のくぼみがくっきり大きくなった。

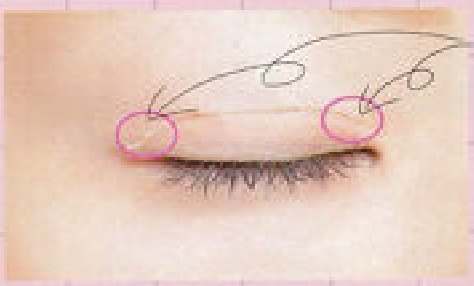


安井レイチャン (18歳)
寝ているときにメザイクをしておくと、翌日はメザイクなしでもふた重に。

ふた重メイクを取れにくくする方法

キレイにつけることも大切だけど、何より取れないようにすることが重要でしょ~!!

メザイクのカットした両端にふた重のりをつけておくと取れにくくなる



この部分にのりをON
メザイクがはがれてくるのは両端から。だから、この両端をしっかりとめておけば取れにくくなるってワケ!

忘れずにプッシャーで押す!
ふた重のりを塗った部分が半乾きになったら、プッシャーでラインを念押し。これで1日浮きの心配なし!

目頭と目尻の両端にふた重のりをON
メザイクの目頭と目尻部分にふた重のりを重ね塗りする。塗りすぎはダメ。2~3mmだけチョンチョンと塗って。

ふた重のりがはがれたら、はがれた部分につけまのりをONすると取れにくい

外出先でのレスキューはつけまのりが大活躍
外出先でふた重のりがはがれることってあるよね? はがれた部分は見た目も汚いし、ふた重のくぼみも浅くなっちゃう!

つけま用ののりで部分修正をする!
はがれた部分にだけ、つけま用ののりを重ね塗りしよう。ふた重のりを重ねるよりも、うすづきだからキレイに直せる。

杂志迷
zazhimi

いっぱい!

どうかぶる!? どう選ぶ!?

んじゃ?? そんなコも、このページを読めば今日からかぶりものを200倍活用できる、オシャレッコの仲間入りなのだよん♪

ハット ／ ニット帽 ／ 髪型のタイプ

金パ×ロング

ハット

美字ロゴ入りハット4935円 ロンT4935円／ともにチアー（メインフォード インベストメント）

どう選ぶ!?
ポップな柄のハットをかぶれば、他のコとオシャレに差をつけられるチャンス☆ これが似合うのも金パならでは！

どうかぶる!?

柄ハットをカジュアルにかぶるには、片おだんごヘアがオススメ。おだんごにした毛を引き出して、ルーズ感を出すのもポイント。

ニット帽

ロゴ入りニット帽2900円、パーカー5900円、中に着たロンT3900円／すべてココルル

どう選ぶ!?
金パのコは、カラフルなニット帽が似合うよ！ 元気系のブランドの帽子をかぶって、カジュアルにこなしてみて☆

どうかぶる!?

浅めにかぶって、おでこを見せよう！ そうすると、ヌケ感ができてスッキリした印象になるよ。トップの髪は巻かなくてもOK。

Hair data

安井レイチャン（16歳）

ヘアカラーはブリーチしたあとに、ゴールドのカラーを入れてるよ。前髪は長め。エクステ60本をつけた、金パツロング。ギャルの王道ヘア☆

暗めカラー×ロング

ハット

ハット2900円、カーディガン3900円、中に着たタンクトップ1000円／すべてヴァンズ渋谷109店

どう選ぶ!?
ダークカラーヘアは、帽子の色がカギに。ハットの場合、重くなりすぎず、主張しすぎない、クールな色がオススメだよ。

どうかぶる!?

サイド流しは、女らしさも見せつつ、スッキリとした印象も与えてくれるよ。詳しいプロセスはP.96にあるから参考にしてみて♪

ニット帽

パッチつきニット帽3045円／S BY 渋谷109店 シャツ5145円／BLUE MOON BLUE渋谷109店 中に着たTシャツ2900円／ヴァンズ渋谷109店

どう選ぶ!?
暗めのヘアカラーには、無地のものが合うよ。特にパステルカラーを選ぶと、重くならず甘いカジュアル感が出せるよ♪

どうかぶる!?

パステルの帽子は、深めにかぶって落ち着いた印象に。毛束をよくさいてエアリー感を出すと、暗めヘアカラーでも重くならないよ。

Hair data

津覇貴実チャン（18歳）

ヘアカラーはちょっと落ち着いたダークカラー。長さは脇下あたりで、前髪あり。オトナっぽい雰囲気に、前髪で女のコらしさをプラス。

ショート

ハット

チェック柄ハット[illegible]／ヴァンズ渋谷109店 Tシャツ[illegible]／ヴァンズ渋谷109店

どう選ぶ!?
ショートヘアだとクールになりすぎるハットは、柄ものがオススメ。ブロックチェックだと、カジュアル感が出せるよ。

どうかぶる!?

ナナメにかぶると◎ 指にワックスをつけて、片方の髪を耳にかけるとスッキリするよ。もう一方の髪は帽子に隠れないようにね☆

ニット帽

星柄ニット帽[illegible]円、レイヤードロンT7245円、ネックレス3045円／すべてGILFY（ギルドコーポレーション）

どう選ぶ!?
カワイさばかりを求めがちなニット帽だけど、ショートヘアならカッコよくもかぶれる♪ 黒をロックにかぶろう。

どうかぶる!?

えりあしをくるんと巻くのがポイント☆ ぐんとオシャレでチャーミングになるよ。コテは、くるんとさせたい方向にひっぱってね。

Hair data

斉藤夏海チャン（高校2年生・17歳）

全体がゴールドヘア。さらに左側にハイライトとローライトのメッシュを入れてるよ。トップは短め。えりあしの毛が見えるようにカットしてるよ。

ボブ

ハット

ハット4095円、ネックレス1995円／ともにバックス（ギルドコーポレーション）、ベストつきロンT5145円／GILFY（ギルドコーポレーション）

どう選ぶ!?
ボブだと、シンプルなハットでもオトナっぽくなりすぎないよ。強めブランドのショップ店員さんみたくかぶって！

どうかぶる!?

帽子スタイルのときに悩みがちな前髪は、帽子の中に入れ込んで見えなくすると、スッキリとした印象に。ピンで留めておくとよいよ☆

ニット帽

ニット帽2900円／ヴァンズ渋谷109店 ベスト4095円、中に着たワンピース3045円／ともにWEGO原宿本店

どう選ぶ!?
女のコらしい柄やデザインのニット帽を選ぶと、ボブの紳るさと合わさって、甘さ倍増♥ ちょいプレッピーにかぶるのが◎

どうかぶる!?

浅めに、ちょいナナメにかぶるのがGOOD。深くかぶりすぎちゃうと、ボブならではのふんわり感がだいなしになっちゃうので注意！

Hair data

山田史織チャン（BLEA女子高等部2年・16歳）

ヘアカラーは秋らしいピンクブラウン。鎖骨あたりの長さのボブだよ。カッコよくも、甘くもスタイリングできるヘアスタイル☆

杂志迷 zazhimi.com

蝴蝶网 hudie.c

色とか形とかかぶる角度とか前髪の処理とか..... 気になること

髪型別にご説明します☆ かぶりもの

コーデの仕上げにあると便利なかぶりもの！ 1人1個なんて当たり前！ でも実は、かぶり方が難しくて自信な～い（＞＜）ってコ、多い

Photo／Ken Ogawa（will creative） Hair & Make／Botan Styling／Mayuko Shimano（bloomy） Design／Eri Nakashima（ma-h gra）

蝴蝶网 hudie.com

イヤマフ

イヤマフ2415円、スウェット1995円、中に着た[illegible]1995円／すべてWEGO原宿本店

どう選ぶ!?

白以外にも、ベージュや黒などのベーシックな色のものを選んでみて。金色という目立つ髪色を引き立たせてくれるよ。

どうかぶる!?

イヤマフを付ける前に、頭のてっぺんで髪をひとつに結び、その毛束を左右にひっぱりながら分けよう。噴水ヘアのできあがり☆

チェック柄ハート型イヤマフ900円、パーカー5900円／ともにココルル

どう選ぶ!?

暗めヘアカラーだと、こんな個性的アイテムもこなせる！ これは、ハート形の耳あて部分がポイントなんだ☆

どうかぶる!?

うさぎヘアでポップにキュートに♥ コテで巻いた髪を、耳より上の位置で2つに結んだら、ブラシで逆毛をいっぱいたてよう。

ファーイヤマフ3990円／milkee プレスルーム ベスト6900円／ヴァンス渋谷109店 中に着たロンT2625円／スニープディップ 渋谷109店

どう選ぶ!?

ボリュームファーがキュート♥ イヤマフにボリュームがあると、逆三角形のシルエットができるから小顔効果あり。

どうかぶる!?

前髪は、スッキリ分けてピンで固定しよう。後ろの髪は逆毛をたててボリューム感を出すと、大きめのイヤマフとバランスがとれるよ。

ファーイヤマフ1500円、シャツ4900円、中に着たロンT4800円／すべてココルル

どう選ぶ!?

個性的なものにチャレンジしやすいイヤマフは、明るめの色や、柄ものなど、目立つものを選んで、コーデに差をつけて！

どうかぶる!?

顔まわりの毛だけをちょっと残して、余分なサイドの髪は耳にかけて、かくしちゃおう！ 顔まわりがもたつかず、スッキリするよ。

耳あてつきニット帽

耳あてつきニット帽[illegible]円（10月発売予定）／ピンク ラテ ベスト6090円、中に着たワンピ5775円／ともに[illegible]（ワールドコンクエスト）

どう選ぶ!?

このタイプの帽子は色が暗いと重くなりがち。でも髪の色が明るいなら大丈夫。黒を使うとコーデがひきしまるよ！

どうかぶる!?

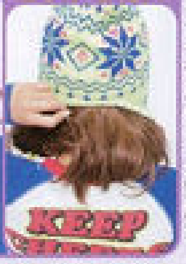
ラフ巻きで、ルーズにかぶろう。このとき、コテで髪をゆるく巻いた後、くしなどで逆毛をたてて、ボリュームを出すのが重要だよ。

[illegible]耳あてつきニット帽[illegible]円、[illegible]3900円／ともにココルル

どう選ぶ!?

明るめカラーのものを選べば、髪の色が暗めな分、帽子の色が強調されて、より明るく元気なコーデが楽しめるよ！

どうかぶる!?



まず髪を2つに分けて、その毛先をゴムで結ぼう。結んだ毛先をえりあしの内側に巻き込んでピンでとめれば、簡単にボブが完成☆

耳あてつきニット帽1995円／WEGO原宿本店 パーカー6345円、中に着たロンT5775円／ともにファレンタインハイ渋谷109店

どう選ぶ!?

このタイプの帽子は、ショートヘアのコだと髪の毛が全部かくれちゃいがち。耳あて部分が小さいのを選ぶとGOOD。

どうかぶる!?

M字前髪にして、ここで髪を見せておくのがポイントだよ。帽子をかぶった後に、コームの先で、前髪の形をキレイに整えてね。

耳あてつきニット帽3990円、[illegible]8295円／ともにスパンキー（ワールドコンクエスト）

どう選ぶ!?

暗めカラーのニット帽を選ぶ場合は、ウエスタン風にすると◎ ボンボンやケーブル編みでカジュアル感を出して。

どうかぶる!?

帽子をかぶった後に、前髪を指でナナメにしたら、顔まわりがスッキリ見えるよ。残りの髪の毛先はボリュームを持たせてね！

ニットベレー

ファーつきニットベレー2900円、シャツつきカーディガン4900円／ともにヴァンス渋谷109店

どう選ぶ!?

ここはあえて、カラフルなものを合わせてプレッピースタイルに。髪が長いから、深めでボリュームのあるタイプも似合うよ♪

どうかぶる!?

上から順にゴムでしばっていくだけで、こんなカワイイポンポンヘアができちゃうよ。最後に毛束をほぐして、ボリューム感を出してね♪

ニットベレー[illegible]円／[illegible] 295円／[illegible] 中に着たロンT[illegible]円／[illegible]

どう選ぶ!?

無地のニットベレーは、ボンボン付きってのが鉄則!! ボンボンと、編みこんだデザインで、ガーリー甘カジが完成☆

どうかぶる!?

ゆるい三つ編みが、帽子のガーリー度を引き立たせてくれるよ。ざっくりと三つ編みにしたら、毛束を引き出してふんわり感を演出して。

モヘアニットベレー[illegible]45円／チアー[illegible] [illegible]円／[illegible]

どう選ぶ!?

カジュアルなショートヘアならオトナ柄にだって挑戦できちゃう。巻き物とオソロの柄を選ぶとオシャレ度アップ♥

どうかぶる!?

帽子の上部分の余った部分を下向きにたらしてかぶると、スタイルに動きが出るよ。特に、ナナメ前にたらすと、小顔効果があるんだよ♪

ハッチつきニットベレー2940円／チター（バイ フォーティーワン ベストメント） スウェット6800円、中に着たキャミソール1500円／ともにココルル

どう選ぶ!?

ボブさんがニットベレーをかぶる場合は、やぼったくならないように、流行のパステルカラーを選ぶのがオススメだよ♪

どうかぶる!?

あらかじめ内巻きにした髪を、ゆるく2つ結びに。1度帽子をかぶって、結ぶ位置を決めると失敗しないよ。顔まわりの毛は残してね。

杂志迷 zazhimi.com

かぶりもの×アレンジ 知っておくと便利なかくしワザ★

もっと上手にかぶるためにお役立ちな、知っておきたいワザたちを紹介しちゃうよ☆　かくしワザをうまく使って、かぶりものマスターになっちゃお!

Ranzukiでもよく出てくるあのアレンジ、くわしく教えて!!

☆サイド流し

オトナっぽくキメたいかぶりものコーデのときは、サイド流しが便利☆　意外に簡単にできちゃうよ!

1 片方の髪をうしろでねじる

片方の髪を逆サイドに持っていってから、その髪をねじるよ。うなじから内側に入れ込むような方向でねじるとキレイ。

2 1〜2本のピンで固定しよう

このとき、ピンじゃなくて、オシャレなバレッタなどを使ってとめてもラクちんだし、カワイイよ☆

☆サイドにおだんご

かぶりものコーデのときだって、おだんごは大活躍☆　髪を巻く必要もないから、とってもラクちんだよ。

1 サイドで髪をわっかにしばる

髪をサイドにまとめたら、簡単にわっかのおだんごを作ってゴムで結ぶよ。毛先は長めに残して。

2 余った毛先をゴムのまわりに巻きつけて

毛先はゴムのまわりに巻きつけて結び目を隠そう。2〜3束に分けてピンでとめていって。

髪を巻かなくてもすむ!!

♡ニット帽はズレないように隠しピンON!

帽子って鏡の前でかぶったときはいいんだけど、そのうちズレてきちゃう……そんな悩みはこれで解決!

左右1箇所ずつとめるよ。目立たないけど、ちゃんと固定できちゃう☆

耳のうしろあたりで、髪の毛と帽子をピンでとめて固定させるよ。ニットの編み目にピンを差しこんで。帽子から出るピンは目立たないように、できるだけ少なくしてね。

ピンを使ってニット帽を固定

かぶりものをONするときは耳から下だけ巻けばOK!!

かぶりものをかぶっちゃえば、どうせ頭の上は見えないよね。だから、巻くのは見える部分、つまり耳から下だけでOK。時間の短縮にもなるね。

♡かぶりものってはずした時に髪がぺしゃんこに…そんなお悩みはシュシュが解決☆

ぺしゃんこが気になるトップの髪を、頭のイチバン高いところで、シュシュを使ってひとつに結ぼう。かぶりものをとったときだって、カワイくいたいもんね☆

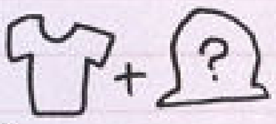
♡前髪が中途ハンパな時こそ帽子アレンジがお役立ち☆

前髪がのばしかけで中途ハンパなときって、目にかかるのがうっとうしい!　そんなときも帽子をかぶって、ナナメに流したり、ちょろっとだし出したりすれば解決!

失敗しないかぶりものの選び方がある!

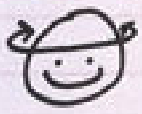
タンスの中に、使わないで埋もれてる……そんなかぶりものは多いんじゃない?　そんな失敗もうさせない!!

1 自分の持ってる服に合わせて、色を選ぶこと



かぶりものを選ぶときは、ヘアスタイルや自分の顔に合ったものを選ぶのも大事だけど、手持ちの服と合ってるかも大事だよ!

2 頭のサイズに合っているかCHECK!!



かぶりものが、頭の大きさに比べて、大きすぎても小さすぎてもNG。デザインのカワイさを見るのも大切だけど、サイズも要チェックだよ。

3 暗めカラーのコは明るい色のかぶりものを選んで!

髪の毛が暗めカラーのコが暗い色のかぶりものをかぶると、重たい雰囲気になっちゃうよ。明るい色を選んでバランスをとってみて!

小顔に見えるポイントを知っときたい!

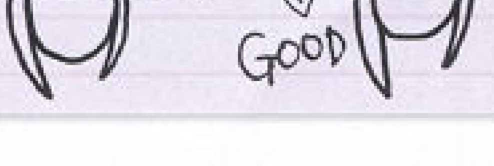
かぶりものを避けちゃう理由のひとつに、顔の大きさ問題が!　そんなコはこのテクを使って!

1 顔まわりの髪はのこしてアレンジ

髪を結ぶときや、耳にかけるときも、顔まわりの髪はのこしておくといいよ。顔のサイドの部分がかくれるから、その分小顔効果があるんだ。

2 かぶりものはちょい大きめを選ぼう!

帽子がピタッとしてると顔の大きさが強調されちゃう。大きめサイズを選んで余裕を見せると、目の錯覚で、顔が小さく見えるんだ!



RED COMET セットアップ通販

寒くったって
アクティブで
いたいじゃん♪

いつなんどきだって、手を抜かないのが、ホントのオシャレさん♪ 気軽に着られるセットアップだって、こだわっちゃうもんね！ 大人気RED COMETでは、セットアップの長そでタイプがパワーアップしてるから要チェック☆

セットアップはすべてユニセックス、サイズ展開はS、M、L、XLになります。

Photo／MODEL Shiro Nakano ITEM Akira Ishikawa（BUNKASHA） Styling／NANA Hair&Make／Rika Shimojo（I-me） Design／Keisuke Takayama（mash pa） ※この特集に掲載された商品のお問い合わせ先は、P.153にあります。特にクレジット表記のないものは、すべてモデル私物です。

1 ゴールドの文字はセットアップの王道！
斉藤夏海チャン（高校2年・17歳）

2 ラインストーンがオシャレ上級者っぽい♪
安部ニコルチャン（BLEA女子高等部1年・16歳）
ニット帽2900円、スニーカー5900円／ともにココルル

3 裏地まで柄が入っててちょーカワイイ♥
鈴木あやチャン（19歳）
帽子2900円、スニーカー5900円／ともにココルル

4 白と黒のコントラストがクールでしょ☆
峯村優衣チャン（BLEA大学1年・19歳）

バッグ1900円、スニーカー5900円／ともにココルル

ラグジュアリージャージセットアップ 6800円
ゴールドの文字が効いてるっ！ 派手に目立ちたいなら、絶対このセットアップがオススメだよ！

ライブジャージセットアップ 7800円
こちらは、キラキラ光るラインストーンでできたマークがポイントだよ☆ 一歩先行くオシャレさんになれる1品！

No.1カリフォルニアセットアップ 7800円
星マークと裏地の柄がとにかくきゃわいい♥ 色の組み合わせもいい

アイラブピースラグランセットアップ 6800円
白と黒のコントラスト、それに胸元のロゴがオシャレ☆ これを着れば、今日からあなたもクールでセクシーな彼女になれちゃう♥

中に着たTシャツ4900円、スニーカー5900円／ともにココルル

商品はココでGETできるよ☆

TSE JAPAN
TEL 052-432-9900
FAX 052-432-9944
http://www.tsejapan.jp

メルマガお得情報はコチラ　商品はコチラから

さわやかホワイトセットアップもあるよ♪

1 ラグジュアリージャージセットアップ 6800円
2 ライブジャージセットアップ 7800円
3 No.1カリフォルニアセットアップ 7800円
4 アイラブピースラグランセットアップ 6800円

なる!! 即効アイテム

Special

アイテム

夏が終わって露出度が低くなったからって、ボディみがきの手をぬいちゃってるコいない!? 秋に入って油断するコが多いからこそ、今の時期がライバルに差をつけるチャンスってことだよ！ この人気アイテムで秋のボディにもみがきかけて、アイツのココロもGETしちゃおう♪

Photos ／ MODEL:Ichiro Kawashima ITEM:Shinya Nagatome、Akira Ishikawa < BUNKAHSA > Design ／ Keisuke Takayama < ma-h gra >

蝶図 fudie.com

ウエストヤセしてセクシーに

ぼっこりおなかにお悩みのコ、必見☆ ウエストヤセにお役立ちのアイテムだよ。実はウエストってヤセやすいから、試してみよ！

痩巡

イチオシ

体質から変えちゃおう!

自分では高めにくい、基礎代謝を大幅アップさせるサプリ。もう太らない体になろう！（180粒）

2万6250円 → **3980円**

comment

★便秘がひどかったのに、飲んで1時間くらいしたら、腸が動きはじめた！ そしたら、その30分後には、ゴッソリ便が出たんだ！

ホットバーニングジェルカリビアン

温度差を利用して、塗った箇所の脂肪を活性化させ、燃焼を促すジェル。（180g）

1890円

汗だらだらでブヨブヨ撃退！

comment

★これを塗ったら、汗びっしょりでしばらく汗が止まらなかったよ～！ ヤセていってるって感じ♪ ★お尻のたるみがなくなったよ。

バックブリーチ

基礎代謝をアップさせ、お腹まわりの脂肪をスッキリさせるサプリ。（250mg×120粒）

1万290円 → **3129円**

代謝がアップ!!

comment

★お腹のブヨブヨがなくなって、ラインが出る服を着られるようになった。オシャレが楽しくなったよ♪ ★腰骨が見えるようになった！

レーシー骨盤Wベルト

10万枚ヒットのソックスのウエストタイプ。ひと味違う「骨盤サポート」です。（S-M/L-LL）

3990円

FRONT BACK

骨盤矯正効果でお腹周りを引き締め☆

comment

★姿勢がよくなったから背中のお肉がスッキリした♪ ★ずん胴が悩みだったけど、くびれができてセクシーに！

ウエストシェイプゲルマレーススパッツ

ゲルマが入ったスパッツで、脂肪を燃焼＆引きしめ☆ 履くだけで、効果アリ！（M～L）

2200円

純度99.99%のゲルマがすごい!!

comment

★これを履いてると、下半身がポカポカしてきて、汗をかきやすくなったよ！ ★1カ月履き続けて、ウエストが7cmヤセた。

全身ヤセに効くなんて最高っしょ!!

どこがイチバンヤセたいなんて決めらんない！ ってコに朗報だよ☆ ココでは、全身に効く優秀アイテムを紹介しちゃいま～す。

CUTBURN

イチオシ

食べたって平気だもん！

人気ナンバーワンは、脂肪を簡単に燃焼させることができるサプリ。（300mg×4粒×30包）

2万790円 → **3980円**

comment

★飲んだあと、体が熱くなってくるんだ！ 脂肪が燃焼してるんだなぁって感じる!! ★食事制限しなくていいから、ストレスなし！

ベジタビオテック

ジャンクフードを食べた後はこれ！

野菜由来の酵素が、あなたの体をヤセ体質に導いてくれるよ！（300mg×60粒）

1万3440円 → **2079円**

comment

★これを飲みはじめて、お通じが毎日くるようになったよ！ おかげで体重が4kgダウン♪ ★これのおかげで好きなもの食べ放題！

スリネージュ

カロリー消費を促進させる効果アリ！ 便秘も解消させてくれるよ。（300mg×120粒）

イベント直前にはコレ！

comment

★はじめてのデート直前に飲んだら、むくみが取れて、助かったよ！ ★不規則な生活してるのに、太らなくなってうれしい！

3万1500円 → **3980円**

メルティボイル

脂肪が溶ける溶ける！

全身ヤセの最後の手段「脂肪溶解注射」の効果をサプリに応用！（90粒）

2万6250円 → **3980円**

comment

★体型がコンプレックスで、病院に行こうかと思ってたときに、このサプリに出会って、すぐに－5kg！ 病院に行く前に出会えてよかった。

ゲルマキューティシェイプパジャマ

イチオシ

ダイエットだってかわいくやりたい♪

ゲルマパワーで全身スリム！（2点セット→黒・ピンク、3点セット→黒 M～L）

comment

★修学旅行でパジャマとして持っていったら、大好評だったの！ カワイイのにヤセられるから、みんなも買うって言ってたよ♪

3点セット **4980円**

2点セット 3980円 → **2980円**

カットバーンジェル

イチオシ

激売れサプリからジェルが出た！

大人気サプリ「カットバーン」から、みんなの要望に応えて脂肪溶解ジェルが登場！（240g）

1万9800円 → **3360円**

comment

★落としにくい二のウデとか太もものお肉がスッキリしてきたよ！ ★今まで使った燃焼系ジェルの中で、塗って一番熱く感じたのがこれ！

BODYでオトすギャルに売れ筋だけの

ダイエット

あこがれの小顔をゲットしよう♪

一番見られる顔ヤセしたい!!

顔がヤセると、周りに気づかれやすいよね。この顔ヤセアイテムで小顔をゲットして、みんなにホメられちゃって～☆

フェイシャルヨガホットジェル

話題の、表情筋を鍛えることができるジェル。小顔&引きしまった顔を手に入れよう。(80g)

3990円

引きしまった顔めざそ♪

comment
★顔が大きいのがコンプレックスだったけど、ほっぺがヤセてきて、小顔になってきた！　★顔全体がスッキリして、目が大きくなった気がする。

プチ ビサージュ

1枚で2度おいしい

1万5750円

3129円

美容液がひたひたのフェイスパックは、脂肪を燃焼&溶かしだす効果アリ。(5回分)

comment
★常に顔にうるおいが出てきて、メイク持ちもよくなった。★パックを取ると、顔が引きしまるから、デート前には必須アイテム♥

エアーリフトアップ小顔ベルト

1980円

お顔がぐんぐん上がる♪

自分の顔に合わせて、空気量を調節。空気圧でフェイスラインをリフトアップさせるよ。

comment
★顔がむくんだ朝に使ってるよ。アゴまわりがスッキリしてきたよ。★TV見ながら、雑誌読みながら……など、ながら使いしてるよ！

イチオシ

ティニスト

小顔アイテムやっと見つけた！

5040円

モデル事務所の要望に応えた、フェイスラインを小さくするサプリ！(300mg×120粒)

comment
★飲むと、顔まわりが熱く感じてくるよ。おかげで顔のむくみがとれて、ラインがスッキリしたよ。　★ニキビができにくくなった！

プラチナ×ゴールド Precious Metal Roller

自然なデカ目とシャープな小顔を作るフェイシャルヨガ用フェイスマッサージローラー♪ (56g)

3980円

小顔マッサージが手軽にできる☆

comment
★マッサージはめんどくさいけど、ローラーだったらヒマなときに気軽にできる！　★ほっぺまわりのお肉が減ってきた！

脚ヤセして冬でもミニボトム宣言!!

すずしくなってきても、ミニボトムはギャルの必須アイテムです!!　脚がキレイだったらもちろんミニボトムもキマるから、脚ヤセはマスト！

イチオシ

美脚シェイプゲルマレーススパッツ

普段も履けるよ！

大好評ゲルマシリーズから、下半身全体をスリムにしてくれる優秀スパッツが登場！(M～L)

2400円

comment
★流行のレギンススタイルにもってこいのアイテム。普段から、使ってるよ。★脚がスッキリした！　ショーパンから出るナマ脚に自信が持てたよ。

ビューティーセル

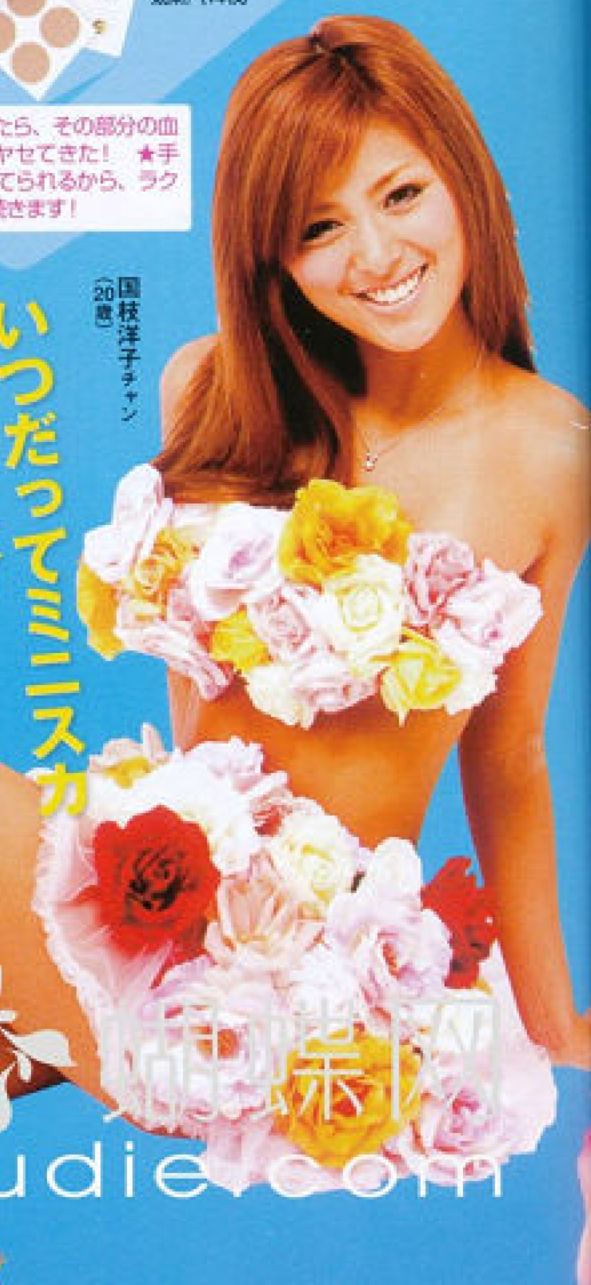
気になるところにピタッ

どの部位にも使える部分ヤセ用「貼るだけダイエット」。熱くない、痛くない「鍼と灸」の効果。(14枚)

1万290円

3129円

comment
★お腹に貼ってたら、その部分の血行がよくなってヤセてきた！　★手軽にずっとつけてられるから、ラクぅ～♪　これは続きます！



国枝洋子チャン(20歳)

いつだってミニスカ対応OK☆

バンビースキニージェルキングサイズ

イチオシ

塗った瞬間から熱さ実感！

5250円

バンビースキニージェル

人気のバンビーが、燃焼ジェルを開発！　セルライトやむくみ撃退！(180g、300g)

3150円

イチオシ

comment
★サプリが効いたから、これも買ってみたら、さらに脚が細くなったよ！
★脚が細くなったから今度は全身に使ってみる予定！

バンビー

脚スッキリ！むくみ知らず！

脚の血流をよくして、溜まりがちなセルライトや、むくみを撃退！(300mg×120粒)

5000円

イチオシ

comment
★脚が細くなって、デニムが3インチ下がったよ！　こんなサプリがあったなんて！　もう誰にも教えたくないほどの効果♥

スラットスッキリゲルマソックス

1万2600円

3129円

脚パーツモデルも愛用なんだって！

脚ヤセ効果だけでなく、形をキレイにする美脚効果もあり！(ブラック/フリーサイズ)

comment
★履くと脚がキレイに見えるから、ショーパンやミニスカを履くときは必須！　★ひざ肉がなくなった！もうこれナシじゃミニは履けない！

シュレッグカルバトロン

1万2600円

2079円

下半身集中効果のサプリ！

腰～足首に効果アリ！　下半身がみるみる引きしまるよ♪ (300mg×90粒)

comment
★ダイエットしても脚がヤセなくて悩んでたのに、気がついたらパンツがスッと上がるように！　★ショーパンが楽々履けるようになって感動♪

杂志铺 zazhipu.com
蝴蝶网 hudie.com

バストアップしてノーサツボディに!

あこがれのバストアップに有効なアイテムをご紹介！ あなたに向いてそうなアイテムを探して、美乳をゲットしよう♪

ボディに自信もってオシャレを楽しも♪

ヴィクトリアチャーム ジェル

3480円

たジェルで集中ケア！（120g）

comment
★バストの重量感がアップしたよ。肩こったらどうしよ〜っとウキウキしてます♪ ★大きくなるだけでなくバストトップがピンクに!

ヴィーナスグラム

形もキレイに☆

4980円
3980円

何をやっても効果が出なかった人のために！ 形をキレイにする効果もアリ。（300mg×120粒）

comment
★今までジェルとかサプリとか、いろいろ試してみても効かなかったの。でも、このサプリははじめて効果を実感した。オススメだよ!

ヴィクトリアチャーム

胸が大きくなって肩こりしちゃうかも♥

3万1500円
3980円

女性ホルモンを活発にさせてバストアップ＆フェロモンボディになれる！（300mg×120粒）

comment
★憧れの谷間が、私の胸にもできました! 無縁だと思ってたのに、夢みたいです! ★手ざわりがやわらかくなって、自慢の胸に!

NEW寝ながらバストアップブラ

理想の形を形状記憶！

6090円
2079円

イチオシ

背中部分のお肉を集めてつけると、形状記憶して、サイズをアップさせてくれる。（M・L）

comment
★上半身がスッキリして、その分、胸が大きくなった。上半身の肉が、バストの肉になったのかも! 締めつけもキツくないよ。

Close up!!

大人気のオススメアイテムだよ!

TEMPTATION

サイズアップならコレ!

大人気!!

1万5750円
3800円

バストサイズをアップさせ、かつハリを与えるバスト専用サプリ。（300mg×4粒×30包）

comment
★バストが大きくなってメリハリができて、自分の体に自信が持てた。 ★飲み始めて2週間で、サイズが2カップもアップしたよ!

注文はココから

http://ranzuki.com/

ここで紹介しているアイテムはぜんぶ Ranzuki のホームページ内で購入できちゃうよ!! ホムペ内の「Ranzuki Shopping」をさっそくチェック！ QRコードからもカンタンアクセスできるよ♥

お得な情報たっぷりのメルマガ無料登録はこちらからアクセス!!

☎03-5468-3744
※お問い合わせ専用になります。ご注文は Ranzuki 公式サイトからお願いします。
（受付時間平日 11～18 時、土・日・祝休み）

hudie.com
杂志迷 zazhimi.com

スキンケアは基本デス!!

メイクテクをアゲたって、肌のコンディションが悪くちゃ意味ない!!　きっちりスキンケアして、美肌を保ってこ〜♪

スキン・ボディ

爽美エッセンス

イチオシ

すっぴんだってかわいくなる!!

4200円 → **3150円**

comment
★ニキビができにくくなったし、ニキビあとも薄くなってきたよ。★毛穴が目立たなくなって、薄い化粧でもキレイに見えるように!

大人気の爽美から、高密度の美容液が登場！　これ1本でニキビも毛穴も撃退！（30ml）

爽美

イチオシ

ニキビも毛穴も問題解決！

2625円

comment
★ニキビ顔が悩みだったけど、これを飲んで、ニキビができにくくなったし、周りのコからもお肌がキレイになったってほめられたよ！

皮膚科と共同開発した、毛穴環境を改善する効果のあるサプリが大人気。（300mg×120粒）

セルラージュ シーイーイレブン

ツルッツル素肌でメイク時間短縮!

comment
★ずっと残って気になってたニキビあとが消えてきたよ！　★肌のブツブツが消えてきてメイクのノリがよくなった！

3万1500円 → **3990円**

皮膚科と共同で人工皮膚美容液を開発！　お肌の凸凹や赤みなどをオール補正。（60ml）

VIVA+ 毛穴ジッパー

脱・毛穴肌☆

毛穴に詰まった角栓を取り除き、さらに毛穴を引きしめて、ツルツル肌に☆（70ml）

5040円 → **2079円**

comment
★小鼻のブツブツが気になってたんだけど、これを使うとスッキリとれるんだ。　★肌がキレイになって、メイクノリもよくなったよ。

リディアエステル インバスリムーバー

イチオシ

トリプル効果をGETせよ！

1万2600円 → **3129円**

除毛＆抑毛＆保湿のトリプル効果があなたの毛根にアプローチ。ツルスベ素肌が手に入る！（200g）

comment
★使用後に毛がなくなるだけじゃなくて、どんどん生えてくる毛も少なくなってきた感じ。毎日のお手入れが楽になってきたよ！

ノンヘアー シルキーミルク

香りつきの抑毛剤♪

1万500円 → **3129円**

抑毛効果だけじゃなく毛穴消滅、美白、保湿、ホルモン増加などの効果もあるよ！（50g）

comment
★美容の効果も高いのに、その上、いい香りがするから、続けられるし癒されるぅ〜♪　★毛の処理もお肌のお手入れもこれ１本でOK！

ボディメイクもぬかりなく!!

ピカピカボディを目指すコにオススメのアイテムの紹介だよ！　忘れがちなところのケアもおこたらず、カンペキボディを目指そう！

ラブ＆ピース ボディミルクライト

ヒアルロン酸とアミノ酸配合でしっとりスベスベ素肌に。ムダ毛がだんだん目立たなくなるのもうれしい！（165ml）

1260円

人気の香水、ラブ＆ピースの香り♪

comment
★お気に入りの香りだし、超しっとりする！　ハンドクリームとかひざ用にも♪　★バッグにはいつも入れてるよ。乾燥したときとかに☺。

イーピーアイソープ エクストラ3個セット

お肌のお手入れはこれ1本！

お風呂でこのソープを使って洗うだけで、ムダ毛処理、ニキビ改善、美白効果が！（80g×3個）

comment
★背中の毛の処理の仕方が分からなかったんだけど、これを使って解決！　★体のニキビがなくなって、お肌ツルツルになったよ♪

1万1025円 → **3129円**

優秀コスメが欲しい!!

毎日するメイクだもん、優秀コスメアイテムを使いたいっ！　って声にお応えして、人気アイテムの紹介だよ☆

パーフェクトキープ メイクアップベース マルチナチュラル

イチオシ

パウダーと合わせて使うべし！

カバー力が大好評のパウダーシリーズから下地クリームが登場。美容液成分配合。（30g）

1680円

comment
★パウダーを使ったらよかったから、下地もこれを使ってみたよ。そしたら、やっぱりカバー力がすごくて、ファンデいらずに！

JEWELLERY LASH

ケアじゃなくてまつ毛を根元から生やす♪

髪の[illegible]成分が入っ[illegible]まつげが生えて増える！　スッピンでもOKな濃いまつ毛になりたい人に♪（10ml）

6090円 → **3129円**

comment
★まつ毛がスカスカだったけど、濃い毛が生えてきた！　マスカラいらずに♪　★まつ毛エクステしてる？　って聞かれるくらい量が増えた！

プレミアム BBクリーム

モデルに人気のカバークリーム！　肌ケアもしてくれるから、ファンデなしでもOK♪（35ml）

3780円

comment
★ベースメイクはコレだけで大丈夫♪　[illegible]っているうちに肌がプルプルしてきたよ〜。

オールシーズンOKのオールインワンクリーム！

パーフェクトキープ フィニッシングパウダー

イチオシ

今や、モデルの間では定番アイテムの超微粒子パウダー。カバー力が抜群だよ！（30g）

[illegible]390円

毛穴[illegible]ちり隠してくれる♪

comment
★大好きなモデルが使ってたから買ってみた！　モデルが使うのも納得の使用感。★朝のメイクにも、昼のメイク直しにも欠かせない！

ハニーローズ メルティリップ

2本セット

プルプルクチビルをGET!

2520円 → **2079円**

これだけでも、リップの上に重ねても、ローズの香るカワイイクチビルになれる♪（11g×2本）

comment
★デート前は絶対欠かせない！　これをつけたら、一瞬で潤ったクチビルになれちゃうんだ！　★彼氏がこの香り好きなんです♪

ブラレススタイリッシュ ビューティーブラ

イチオシ

ズレにくくてかわいくてプチプラ！（アニマル・ピンクレース・ブラックレース・ドット柄など8種／A〜Dカップ）

5229円 → **1575円**

comment
★ブラが見えてもカワイイし、背中見せスタイルにも自信が持てる！　★安いから、色違いで買ったよ！　下着がカワイイと気分がアガる♪

見えてもOKな盛りブラは超重宝♪

ハート型充電器 キュートリレーション

お出かけ中に携帯の電池が切れるとかありえない！　このストラップで可愛く充電しちゃおう♪（約5cm）

2940円

comment
★電池が切れるたびにコンビニで充電器買ってたけど、コレがあれば急なお泊まりも安心♪　★カワイイからストラップとしても使えるし便利♪

300回使えるキュートな携帯充電器

その他の雑貨もチェック!!

それ、どこで買ったの!?　って友だちにうらやましがられるのってうれしくない!?　要CHECKアイテムがいっぱい★

トゥースマジック

白い歯で笑おう！

3990円

塗ってすぐ、憧れの白い歯になれる優秀アイテム！　笑顔に自信が持てるようになるよ。（3ml）

comment
★いくらみがいても黄ばんでいた歯。でも、これを使うとすぐに真っ白な歯に！　★歯がキレイになって、第一印象がよくなった。

ハーネラルイオンストレート ヘアアイロンHA-560

イチオシ

comment
★今まで、くせ毛がコンプレックスだったけど、これを使ってから、毎日が楽しくなったよ。★さらさらな髪が、まわりに大好評！

1万290円 → **2980円**

さらっさらストレート＆ゆるウェーブのモテ髪が簡単に、すぐ作れちゃうよ。（28.5×2.8×7.3cm）

使いやすいアイロンは必須!!

hudie.c
zazhimi.com

コミ!

今月の『ギャルコミ！』は、豪華キャスト☆　R'sにもファンが多いDEEPや、話題のお笑い芸人に独占インタビューしちゃう。さらに大人気イケメン俳優の新ドラマ情報など、キャッキャキャッキャできる内容になっております～♪　女のコのヒミツのお話を読むのもお忘れなく♥

Text／Megumi Waguri (P.105、106)、PINK (Jufeam-Perfait) (P.106)、Sayaka Sijou (P.106)　Illustration／Yumi Ito (P.105、106)　Design／Tomomi Hashiba (ma-h gra)

“さらに4人らしく、進化していきたい”

蝴蝶网
hudie.com

PROFILE
EXILEのATSUSHIがより高い音楽性を求めて結成。2006年12月より現在のメンバーで本格活動を開始。聴く人の感動を呼ぶ楽曲を世に送り出している。

ウワサのあの人に聞いちゃう！ Vol.02

COLOR改め DEEPに突撃!!

大人気男性ヴォーカルグループCOLORがDEEPに改名！ ってことで以前から大ファンであるR's2人が4人を直撃！ 新たなスタートを向かえたその心境は？ さらに、みんな気になるカレらのプライベートにせまったよ！

Photo／Masatoshi Yamashiro　Hair&Make／DEEPさん分：Takeshi Teramoto (isometic)

about MUSIC,TEAM...

——今回、改名したきっかけは？

D　DEEP（以下D）　今までプロデュースしてくれていた、EXILEのATSUSHIさんの手を離れたことです。改名して変わった点は、4人自らで、作詞や、楽曲選び、活動内容などすべてを決めることで、さらに責任感が増したことですね。

——新しい名前『DEEP』にはいったいどんな意味が!?

D　音楽性、心に突き刺さる詩やメロディー、ファンとの絆を、より深く追及するという意味を込めています！

——新曲「Endless road」にはどんな思いが？

D　はじめて4人で詩を作ったこの曲は、『DEEP』としての新しい出発への期待と、この曲を聴いてくれた人に対して、「一緒に夢をかなえていこう」という思いを込めています。

about PRIVATE...

——メンバーそれぞれの好きな女のコのタイプって、聞いていいですか？ それと、休みの日の過ごし方も教えてください。

TAKA　『ランズキ』っていう雑誌知ってます？　そこに載ってるような雰囲気の、さわやかで明るいコが好きです（笑）。休みの日は家で洗濯したり掃除したりかな？

YUICHIRO　好きになった人がタイプです。休日は、家でテレビ見て、DEEPの曲が流れないかなと、探しています(笑)。見つけたら、1人でガッツポーズしてます！

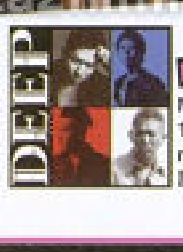
RYO　周囲に気を使えるコが好きですね。あと、オシャレなコがいいな。休みの日は、普段行けない区役所に行ったり（笑）！

KEISEI　歩き方とかがキレイなコが好きです。オレはYouTubeでおもしろ画像を見るのが趣味です。いいの見つけたら、メンバーに見せるんですけど、そのときは、盛り上がりますね！

——今年の夏休みの思い出ってありますか？

D　今年は、みんなで奥多摩にバーベキューしに行きました。あのときは騒いだね。あと、渋谷とかで遊ぶことが多いです。みんな、ディズニーランドとかで遊ぶのも好きなんです。どこかで自分たちを見かけたらどんどん声かけてください。一人でも多くのファンの方に会えるのを楽しみにしています。

zazhimi.com



NEW RELEASE
MAXI SINGLE「Endless road」
10月7日発売予定　1890円
rhythm zone
詳しくはhttp://deeplink.jp

ギャルの
見たい知りたい
つめ放題！

Vol.02

ギャル

01|EVENT

イベント行って
アゲてこアゲてこ～♪

Ranzuki イベント NAVI

今月は、夏の終わりを盛り上げたイベントや、気になるエンタメイベントの情報を紹介しちゃう！ 芸術の秋を迎えて、これからもイベント盛りだくさんだから、みんな要チェックしなきゃだよ☆

R'sすずがPENGINのPVに出演!!

9/2 全国リリース

すずのいろんな顔が見られるPVは、ファン必見！

PENGINのどこかなつかしい、いやしミュージックのPVで、すずが家族と共に出演してるよ！ PENGINの曲に感動すること、そしてすずにホレなおすこと、間違いなしなPV☆

R's すず

実はこれ、あやのプライベートの様子を撮影してるんだ！ PENGINさんの曲は全部好き。特にこの曲は、みんなもきっと共感できるよ。

CD RELEASE
SINGLE「世界に一人のシンデレラ」
発売中 1050円
EPICレコード

家族や友達、恋人への愛がつまった歌詞にグッとくる3曲が収録されてるよ。どこかなつかしいメロディーと歌声も魅力的♪

今月のオススメイベント

©二ノ宮知子・講談社

のだめ オーケストラコンサート
～最終楽章～

追加公演10/30 @東京国際フォーラム ホールA

話題のオーケストラをナマで聴けるチャンスがキタ

大人気コミック発の若手音楽家[illegible]ラマでも流れていたあの曲を演奏！ [illegible]：前売6300円、当日6500円 問キョードー東京☎03-3498-9999 http://kyo[illegible]

今年も激アツに終わった『激アツ祭』

8/31 @SHIBUYA-AX

高校生と豪華キャストが締めくくった2009夏！

「激アツ祭」とは、"アツくときめけ！ 夏にきらめけ！"をテーマにした、高校生によるイベントだよ！ 今年は、アンガールズと女子高生がMCとして大活躍☆ 他にも、あらゆる方面の多数の豪華キャストが盛り上げたよ！ 今年行けなかったコは来年に期待☆

話題のTV番組からCDリリースする 東京03 角田晃広さんにRanzukiがインタビュー!!

——SINGLE「若者たちへ」について、聞かせて！

「この曲で言いたいのは、面と向かっては絶対言わないけど、『若者よ、このままじゃイカン！』ってことです。だって、若者、コワイんだもん。ホント直接は言わないですけどね。」

——リリースするにあたって、今のお気持ちは？

「このCDを聴くときは、牛乳を口に含みながら聴かなくていいですからね（笑）。ぼくはけっこうヒマだったりするんだけど、大竹マネージャーの忙しい仕事の合間で練習しました（笑）。ぜひ聴いてください。」

イベント情報

[illegible]（東京03）[illegible]「若者たちへ」[illegible]ミニライブ&握手会」10月3日（土）14時～ 東京ドームシティLaQua ガーデンステージにて。※詳しくは、ユニバーサル ミュージック[illegible]

CD情報
SINGLE「若者たちへ」
9月30日発売／1100円
ユニバーサル ミュージック

DVD情報
ゴッドタン「MAJIUTA THE LIVE 完全版」
10月21日発売 2940円
発売元／テレビ東京

03|MOVIE

R指定MOVIE

今月、Ranzukiがオススメしたいのは、日本では誰もが知ってるであろう'鉄腕アトム'の映画！ この秋、カレが全世界のスクリーンでデビューするんだ！

『ATOM』

迫力満点の現代版アトム

ロボットが人間と共存する夢の空中都市メトロシティ。そこで、最愛の息子を亡くしたテンマ博士が、身代わりとしてつくり出したのが、ロボットアトム。生身の人間とは違うアトムと博士の親子愛はいかに？ そして、地上へ下りなくてはならなくなったアトムが背負う運命とは？

キャスト：フレディ・ハイモア ニコラス・ケイジほか 日本語吹き替え：上戸彩 役所広司ほか 10月10日（土）より新宿ピカデリーほか全国ロードショー 配給：角川映画、角川エンタテインメント 2009 Imagi Crystal Limited、Orijinal MangaTezuka Productions Co., Ltd

04|CD

Ranzuki Record

芸術の秋がやってきた！ 今月は、注目のシンガーのベストアルバムが届いてるよ！ 秋の夜長、ゆっくりいやされるのもよし、気分上々↑↑で盛り上がるのもよし◎

絢香 ALBUM「ayaka's History 2006-2009」

自身初のベストアルバム☆ 日本人なら、一度は耳にしたことがあるだろう、チョー有名曲がいっぱい！ ヘビロテCDに仲間入りすること間違いなし。ちなみに、初回完全生産限定盤はもう1枚、ヤバい選曲のCDが付く！

9月2[illegible]日発売予定 3150円
ワーナー

mihimaru GT ALBUM「The Best Selection of ASIA」

キャッチーなメロディで大人気のmihimaru GTから、ベストアルバムが出るぜ♪ 日本を飛び出し、アジア全土のファンが選曲した結果、収録曲のほとんどが、テレビ番組などとのタイアップ曲になってる有名曲！

9月23日発売予定 3000円
エイベックス

YU-A ALBUM「You Are My Love」

業界では、早くも、カワイさ若手ナンバーワンとのウワサがある彼女。そのハスキーで繊細な歌声は一度聞いてみる価値あり！ きっとあなたの涙を誘うはず！ 童子-TやMiss Mondayとのフィーチャリング曲も収録。

10月7日発売予定 2500円
よしもとアール・アンド・シー

ビヨンセ ALBUM「アイ・アム…サーシャ・フィアース プラチナム・エディション」

売れに売れたアルバムに、DVDが付いて豪華になったプラチナム・エディションが登場！ 定評のあるダンスとPVは必見だよ。10月には、このアルバムを引っさげた、来日ソロ・ツアーが控えてるから、ファンのコは要チェック☆

10月7日発売予定 3360円
ソニー・ミュージック

02|TV

ウワサの番組にせまる!!

R指定TV

Ranzuki指定テレビジョン

早くも、秋の新ドラマの情報が続々と到着しているよ！ 今月は、中でも気になる今季の月9をイチ早く紹介しちゃう☆ 話題のあの人たちが出てるから、要チェ～ックなのだ!!

『東京DOGS』 10月スタート 毎週月曜日21:00～（フジテレビ系）

若者諸君！ 事件です！ なんと今をときめく2大イケメン俳優が共演するではないですかぁ♥ このイケメン2人の掛け合いは、気になるぅ♥ その内容をちょこっとだけ教えちゃうよ！

水嶋ヒロ
暴走族上がりの
特殊捜査課所属の警察官

小栗旬
このドラマの主役
NY警察のエリート刑事

吉高由里子
事件のカギを握る
謎の女

R'sもオススメ♥

実は、今イチバン私が注目してる俳優さんが、小栗旬なんだ。だから、この月9は見るしかないー♥ チョー注目です！

R's たぁ

STORY

パーフェクトな部分と欠点を持ち合わせた、人間くさい刑事2人が「迷コンビ」を組む。数々の事件を通して「大爆笑」と「勇気」と「友情」、そして「恋」が繰り広げられるシリアスコメディだよ！ NYで起こった事件の捜査を柱として、展開していく。事件を追う2人の刑事と事件のカギを握る1人の女との関係は？

見どころ

過去が明らかになるにつれて、小栗、水嶋、吉高演じる3人の関係はどのように変化していくのか!? シリアスなだけじゃなく、笑いを誘うコンビも見もの！

杂志迷 zazhimi.com

蝴蝶网

R'sのオススメDVD紹介 07|DVD

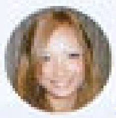
今月、オススメDVDを紹介してくれるのはR'sレレ☆　今月ウでも大活躍の話題の女優さんが出てるDVDを紹介☆

『Dear Friends ディア・フレンズ』

女同士の友情を描いた感動作

お姉ちゃんにススメられて見たんだけど、感動して、涙が止まらなかったぁ！　女同士の友情を描いた、すごく人間的であったかい映画でした☆　タイプの違う女のコ同士が友達になって、助け合うんだ。

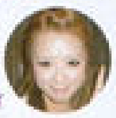
DVD発売中　4935円（税込）
販売：東映　発売：東映ビデオ



今月はR's レレ

iPod（今月はDSi（笑））の中身 06|MUSIC

今月の担当はR'sなみティ♥　なみティはDSiを愛用してるよ。彼氏にもらったという、愛のつまったなみティのDSiには、どんな曲が入っているのか!?



今月はR'sなみティ

最近入れた曲
- 加藤ミリヤ『Ring』
- BoA『BEST & USA』
- Crystal Kay feat.BoA「Girlfriend」

お気に入りの曲
- 九州男 feat.hiroko（mihimaru GT）「手紙。。」
- 清水翔太「HOME」
- JUDY AND MARY「そばかす」

最新のDSiはかなり使えるっ

DSiは、パソコンから勝手に新しい曲が入ってくるから、ラクちんなんだぁ♪　コレは、自分でデコったんだよ♪　お気に入りの九州男の「手紙。。」は、はじめて聴いたときに、衝撃を受けた！　なんていい歌なんだぁって！　歌詞がステキなんだよ。

自分でデコったDSi☆

月間マンガランキング 05|COMIC

今回は8月!

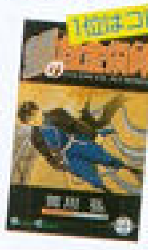
マンガ売れ筋ランキングを発表するこのコーナー。8月は果たして、どんなマンガが売れたのでしょ～か？　さっそくチェキラ☆

1位	『鋼の錬金術師』（23巻）荒川 弘	420円 スクウェア・エニックス
2位	『のだめカンタービレ』（22巻）二ノ宮知子	440円 講談社
3位	『3月のライオン』（3巻）羽海野チカ	510円 白泉社
4位	『もやしもん』（8巻）石川雅元	560円 講談社
5位	『名探偵コナン』（65巻）青山剛昌	420円 小学館

編集部調べ

おもしろいマンガは高くったって売れる!?

値段がちょっぴり高めに設定されているマンガが上位にランクイン！　おもしろさは不況にも負けないのか!?　今月は特に、男女ともにウケるマンガが多かったよ。驚異の連載記録を持つ1位の「鋼の……」は、今後、どんな敵に出会うのか、気になるぅ!!



1位はコレ！

『鋼の錬金術師』（23巻）

09|NO.1 SHOT

10月号 人気No.1 写真

あなたのテンションをイチバン、アゲた写真はどれだったかな？ ここでは、みんなからイチバン支持された写真をチェックするよ!

読者アンケートの集計の結果、今回、イチバン票を集めた写真はこちらの表紙！　特にこの表紙は、街でも「カワイイ」ってウワサになってたみたい☆　R's仲良し5人組のふんわり元気な雰囲気が女子ココロをくすぐった模様♪

08|RANKING

10月号 人気コーデ BEST3

先月号で人気のコーデはこちらっ☆　みんなから支持されてるカッコだから、お買い物とか、朝、コーデを考えるときの参考にしてみて!

1位 P.029

堂々1位は、「秋のサロペットコーデ」から。サロペットを着るとき、片方だけ肩にかけて、もう片方はたらしておくっていう着方があるけど、これははじめっからそうなってるんだ♪　インナーで遊んじゃお♪

2位 P.031

お次も「秋のサロペットコーデ」から。やっぱりサロペットコーデはテッパンらしい！　1位のサロペは男のコ、2位のこのサロペは女のコ、というふうに、サロペだって、いろんな着方ができるんだ！

3位 P.010

第3位には「人気ブランド秋新作」から。カラフルなカーデが目にとまる、元気コーデがランクイン☆　アメカジ人気はまだまだ止まらないようです！　寒くなったって、元気カラーで目立っちゃお！

R's教えて!! なんでも相談室 10|R's Advice

R'sが、読者のみんなの相談に答えてくれるという、このコーナー。今月は、顔のお悩みとファッションのお悩みに答えちゃうよ☆　何か悩んでることがあるなら、どしどし聞いちゃおう！

お悩み1　私、目の大きさが微妙に違うんです！　毎日、自分の顔を見ると、そこが気になって仕方がありません……。何かいい対処法ないですか？　メイクとかなんでもいいので。みなさんは、何かやったりしてますか？

R's ゆーゆ：小さい方の目を盛って、バランスをとってみては？　ラインを太くしたり、小さい目の方のつけまつ毛を多めにしてみたり……。メイクで目を大きくすることはできるから、小さい目の方を大きい目の方に合わせるようにして。

R's りかちゅう：左右の目の大きさは、ほとんどのコが多少違うと思うよ。だから、そんなに気にしすぎることはないかも。でも気になるなら、小さい方の目にメザイクを使ったりして、調整するといいと思うよ！　一緒にカワイくなろう！

お悩み2　今度、コンサートに行く予定です♪　そこで、R'sのみなさんにお聞きしたいのですが……。コンサートに行くとき、目立つためには、どんなカッコしたらいいですか？　どんなものを付けていったらいいですか？

R's たぁ：目立つには、やっぱり髪型がポイントだと思うよ！　例えば、コテで巻いてアップにするとボリュームが出るよ。観客席より上にある舞台から見ても、髪が目立ってるコは目に付きやすいと思う。

R's なつぅみ：頭にリボンをつけたら、カワイく目立てると思うよ！　その場合、リボンは絶対大きめがいい！　あと、髪の毛も巻いたら、女のコらしくなれると思う。リボンを付ける場所は頭のイチバン高いところとかかな♪

編集部Q&A

編集部に集まってきた疑問、質問、お悩みを、編集部員がお答えしちゃいますよん♪　さて、今月は、みんなのあこがれでもある読者モデルにまつわるお悩みです！

Q 読者モデルになりたいです！　でも、ウチの学校は校則が厳しくて、髪を染めることが許されません。だから、ウチは黒髪なんです。けど、黒髪じゃ、読者モデルになれませんよね？

A そんなことはありません！　安心してください！　読者モデルのコの中でも、黒髪のコ、いますよ☆　黒髪で盛りたいってコの鏡になっちゃってください！　ちなみに、カツラをかぶっちゃえば、すぐに髪色を変えることができちゃうよ。

盛ったもん勝ち! 盛り写メ

大大大人気です、このコーナー!!　写真が集まりすぎて、どれを載せようか、編集部は悲鳴を上げています！　来月もよろしくっちゃ☆

このコ、すずに似てるんじゃ!?

↑R'sは憧れです♪　すずチャンに会いたいっ(^ω^)★　いつか会えることを願ってま～す。（のんチャン・17歳）

でっかい黒目にひきこまれる～♪

→つけまとラインで盛ってみましたぁ♥　その分、目以外はうす盛りで。載れたらよいな。（名無しチャン・?歳）

王道を行くキュートな顔立ち☆

←すずチャン大好き♥　メイクとかもすずチャンを参考にしてやってるよ♪（みーしぇるチャン・20歳）

美女オーラがまぶしすぎるぜっ

↑Ranzuki載りたいなぁ！　なので、写メ、送ってみます♪　使ってくださ～い。（タイラチカチャン・17歳）

ニット帽がはまってるぅ♪

←Ranzuki大好き～☆　R'sの皆さんカワイくて憧れです(^^o^^)　載せて一っ♪（ちあきんくチャン・16歳）

みんなが見つけた おもしろ写メ

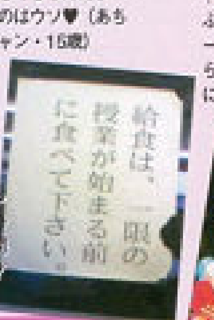
今月も、たっくさんおもしろ写メ、いただきやした～!!　Ranzuki読者って、こんなにおもしろいコが多いのかぁと、今さらながら実感☆

あと10回で目標達成にゃ～？

←猫の腹筋？　思わず激写！　うちの猫ちゃん、すごいでしょ～？　腹筋もできるんだよ～ってのはウソ♥（あちゃチャン・15歳）

どこまでやるねん!

↑マンバじゃないよ（´∀`）　ふたりして化粧がエスカレートしただけだよ。そしたら、いつのまにかこんな顔に……。（ゆづチャン・13歳）



食べてからが長いなぁ～

→給食は、その日学校行ってまずやらなきゃいけないことらしいです。終業時間まで、持つのでしょーか？（ぴーまんチャン・16歳）

最近テレビでひっぱりだこなの♥

↑よくイモ□さんに似てるって言われるんです。世界の果てまで行けませんけど、まゆげ盛ってみました☆（ちいぼんチャン・13歳）

個性いっぱい 似顔絵ギャラリン

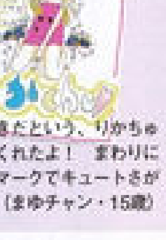
今月も、みんなの熱意が伝わる似顔絵が続々届きました☆　カワイかったり、テンション高かったり、ステキな似顔絵ありがとう♪

早くも新R'sの似顔絵到着!

↑3人の新R's加入を祝って送ってくれたよ！　これからの活躍を期待してくれてるみたい。がんばらなきゃね！（彩チャン・?歳）

キャラ立ちR'sが個性的!

←すず、なみティ、ゆーゆ、ニコるんの4人を元気に描いてくれたよ！　それぞれのかぶりものがカワイイ♥（千野子チャン・?歳）



りかちゅうに萌え～♥

↑大大大好きだという、りかちゅうを描いてくれたよ！　まわりに散らばる星マークでキュートさがアーップ！（まゆチャン・15歳）

色づかいがカラフル!

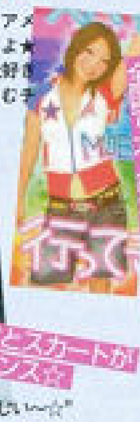
←大人気のすずニコ姉妹を描いてくれたよ。特に「Ranzuki」の明るいロゴが目をひいたよ～！（さっちゃーんチャン・1?歳）

日本全国競っちゃって～ 地域対抗盛りコーデ

毎日、オシャレしてる？　みんなの自慢のコーデを見せて見せて☆　さて、どこの地域がイチバンオシャレなんでしょーか??

ガーリーロックが強めでオシャレ

↑栃木県代表、甘めロックスタイル☆　ピンクとスカートで、ロックスタイルに女のコテイスト追加！（ひぃチャン・?歳）



ココルルパーカーは全国で大人気☆

→赤×青×黄でもろアメカジコーデしてみたよ★　ココルル激アツ!!　大好きなんです～（もえちむチャン・14歳）

ブーツとスカートが好バランス☆

↑いつも私服考えるの楽しい～☆　Ranzukiで毎月お勉強してますっ！　もっとオシャレするぞ♪（ゆづきチャン・19歳）

パッチワークがワザあり♪

→オシャレ大好き★　Ranzukiのコーデは、本当に参考になる～！　毎日私服考えるのが楽しいよ。（ゆづきチャン・19歳）

ギャルの言いたい放題

今月は、誰かにちょっぴり自慢したいアタシだけが知ってる豆知識&もしかしてウチの家族ってヘンかも!? なぁんて思えてしまう、みんなの家の変わったルールを紹介〜っ!! 新学期のネタ作りにどうぞ♪ みんな使っちゃってください♪

今月のお題 その1
人に自慢できちゃう(!?)、あなたの豆知識を教えて!

＊全国のみんなからの投稿内容を掲載しています。誤った内容の豆知識がある可能性もありますが、ご了承ください。

●飲みかけのペットボトルは、ボトルを手でヘコませてからフタをしめると、炭酸が抜けにくい!!（はあたん・17歳）

○人間の血管を全部つなげると、地球を一周できるくらいの長さになるんだって!!（あんにゃ姫・15歳）

●コーラの中にラムネを入れると、泡があふれてくる!!（れみ・15歳）

●アブラゼミは、鳴き声が揚げ物をしているときの音と似ているから、『アブラゼミ』って名前になったんだって!!（みか・16歳）

R'sありちゃんの場合

ディズニーランドに関する豆知識☆ エリアが変わる地点に滝などがあるのは、その水の音でエリアごとに変わる音楽を目立たなくするため。あと、ランドからは、外の景色が見えないようになってる! その他にも秘密がいっぱい☆

○なかなか起きない人でも、まつ毛を指でピロピロ〜っていぢると絶対に起きる!!（えりちゃん・17歳）

●ネコはときどき、人間の言葉で話してるらしい!?（あゆ・16歳）

●鎌倉の大仏の耳には、ピアスホールがある!（まいちゃん・16歳）

●カニは普段は横歩きするけど、酔っぱらうとまっすぐ歩く!（れーな・17歳）

○ホクロが少ない人は、多い人に比べて花粉症である確率が高いらしい!（ゆみ・15歳）

●マッ○のドライブスルーは、車じゃなくても使えるらしい。犬と散歩しながら行っても対応してくれるって聞いた!（えみ・15歳）

●エ○ザイルのライブに行くと、確実に1キロはヤセる!!（SHIKA・15歳）

○犬は、オバケが見えるらしい……(笑)!!（ブーさん・15歳）

●蚊はイライラしてる人間の血のほうがおいしいと思うらしい。（まいりー・15歳）

●犬の肉球は、ポップコーンのにおいがするんだって!!（よこちんすこう・17歳）

○日曜日は家庭でカレーを食べる家族が多いから、月曜日の給食にはカレーが出ないことになってるらしい!! ……って、別にカレーなら続いてもいいのにねぇ♪（aI・15歳）

ハムスターはトイレ中にさわると、すごくにらむ!?（あーちゃん・15歳）

●チャーハンを作るとき、油じゃなくてマヨネーズで炒めると、パラパラに仕上がるらしい!!（和太郎・15歳）

●黙っている男のコや、一見クールそうな男のコは、告ると案外OKしてくれるらしい(笑)。これって豆知識でいいの!?（なぁーあ・15歳）

●ドナルドダックの好物はチキンらしい。ともぐいじゃん!!（みいちゃ・16歳）

●赤ちゃんは産まれて2週間くらいは、鼻の穴の形がハート型らしい。カワイイ!!（まこち・17歳）

●たいやきを頭から食べる人は、欲張りらしい(笑)。（ゆりちゃん・15歳）

今月のお題 その2
これが我が家の、ヘンなルールッ!!

●トイレに行くときは、事前に「おしっこ」か「うんち」かを宣言してから行く。（ちゃんぽん・16歳）

○朝食は、必ずクラシック音楽を聴きながら。って、どこの貴族だよ(笑)!?（KOOL・16歳）

●蚊は必ずお父さんが捕まえる!（ふぅたーん☆・16歳）

●鼻をほじくるときは、絶対に小指で。（桂珍☆・17歳）

○イスに座るときでも、必ず正座をする。（にゃぁ・15歳）

●家族全員、お風呂から上がった後は、最低20分はすっぽんぽん♪（栞里・15歳）

●母の前で暴言を吐いたら、罰金10円!! って安っ!!（あき・16歳）

●家の電話で誰かに電話をかけるのはNG。ウチってケチ!?（りぃ・15歳）

●お父さん以外は、玄関に靴を3足までしか置いちゃダメ!（はーちゃん・15歳）

●お風呂の順番を決めるときに、「風呂決定!!」、「＊＊の次決定!!」って言う。こんなこと言うのウチだけ!?（あーちゃん・15歳）

○虫コナーズのCMソングは、家族全員歌えるようにしておく!!（かな・15歳）

●彼氏が遊びに来ても、絶対に自分の部屋にあげちゃいけない。何を心配しているのやら(笑)。（つぅ・15歳）

●携帯電話の料金がヤバイことになってるのに、絶対にパケホーダイにしない!!（ERI♥・16歳）

○お父さんが頭を洗うときは、シャンプー1プッシュまで(笑)!!（よっちゃん・17歳）

●トイレは、おしっこだけのときは流さないで、次の人が一緒に流す。節約のつもりらしいけど……なんかやっぱり、汚い気がする(笑)。（みちゆき・15歳）

●食事をするときは、机の上が汚れないように、いらなくなった新聞広告を机の上に敷く。（しおん・15歳）

○誰かが納豆を食べたり、オナラをしたりしたら、すぐに家中を換気する!!（いちょん・15歳）

R'sニコるんの場合

ニコルの家では、ニコルが寝るまでに誰かが帰ってこなくちゃダメっていうルール(?)があるよ! だって、ニコル、1人じゃ寝られないんだもん(笑)。だから、パパママの部屋で寝たりしてるんだ。

犬の散歩のときは、アヒルの"おまる"を持っていく(笑)（みやちゅ・15歳）

●毎週土曜日は、お風呂&トイレ掃除!（もりあり・17歳）

●お父さんより先に、大きいサイズのおかずを取ったらダメ!（ゆり・15歳）

●家に帰ったら、クツの中に10円玉を入れる。どうやら、銅の脱臭効果を狙っているらしい(笑)。ある意味、頭いいでしょ?（りさを・15歳）

●おじいちゃんは、絶対に一番風呂に入る。いつもおじいちゃんを待ってます。。。（なぁーたん・16歳）

試さずにはいられない!!

新作スイーツ

続々出てくる、気になるスイーツ! 毎日、何を食べようか悩むコもいるのでは? 今月は、思わずハマっちゃいそうな商品たちを紹介するよ! ぜひ試してみて☆ あ、食べすぎには注意だけどね♪

バータイプってのが食べやすい!

「チョコフレークバー」
(発売中、参考小売価格105円/森永製菓)
往年の人気商品チョコフレークから、バータイプが新登場☆ バータイプって手軽で食べやすいし、持ち歩きもしやすいよね♪ ちょこっと何か食べたいときに大活躍しそう。

パンプキン味でハロウィン気分先取り♪

「小枝〈カラメルパンプキン〉」
(発売中、参考小売価格231円/森永製菓)
大人気「小枝」から、新しい味が出たなんて、もう食べてみるしかないよね〜!! 甘いパンプキン味ってだけでも食欲をそそるのに、それにほろ苦いカラメル味が加わってるなんて、これは間違いないでしょ!

「やわとろ」って! いったいどんなやねん!

「やわとろ」
(9/28発売予定、参考小売価格126円/江崎グリコ)
しっとりやわらかモナカアイスの中から出てくるのは、とろ〜りとしたチョコレート! アイスなのに「とろ〜り」って、気になりすぎる! 中毒者続出の予感大!

12|LOVE TALK

ラブトーク

今月のラブトークは、全国のギャルたちが思わず胸キュンしちゃった瞬間にズームイン!! 「私、こんなことされて、ついつい恋に落ちちゃったんです!!」ってな、恋の始まりのお話を、たくさん集めてみちゃいました♥

今月のお題

私、こんなこと&こんなとこで、恋に落ちちゃいました♪

●ちょっとした悩みがあって落ち込んでいたときに、カレがずっと隣で話を聞いてくれて、思わず……ドキュンッ♥ (ゆーちゃん☆・16歳)

○**いままで私のことは名字で呼んでたはずなのに、いきなり、「なつみ!」って下の名前で呼ばれてドキドキ。(なつみ・15歳)**

●関西弁で告白!! まじヤバ～い!! ちなみにそんな私は、北海道札幌市在住(笑)。(アルパカ・16歳)

●他の女のコにはすごく優しいのに、ウチにだけは冷めてたアイツ。逆に意識しちゃうじゃんね!? (りぃちゃん・15歳)

●男の人が全力で走る姿を見ただけで、ときめける私♥ (やっちー・16歳)

○**いつもケンカ口調だった人が、一度だけ、ソフトな声だった♥ そういうギャップは、まじにヤバい♥ (ボンバイエ・15歳)**

「お前ってバカだなぁ～」って頭ポンポンされた☆ (きよみーぬ・17歳)

○**友達の家で遊んだ帰り道。私だけが先に帰ったんだけど、「俺も帰る」って、みんなにナイショでバイクで家まで送ってくれた♥ (まみん♥・19歳)**

●カワイイ笑顔にキュン♥ (まあっ・18歳)

●私は、自分が寝てるときにふとんをかけなおしてくれる人にホレる(笑)!! (まなちゅ・17歳)

●耳元で、低い声の男性に自分の名前をささやかれたら……ヤバいでしょ!! 絶対!! (ちーちゃん・17歳)

●私のこと、いじってくれたら、好きになる♥ (いちご・15歳)

●さりげなくホメられると、ヤバいです♥ (かな☆・15歳)

●目が合った瞬間とか、別れる間際にウインク!! 外人の先生がしてくるんだけど、けっこう誤解しちゃいそう!! (なち毛・16歳)

●池の対岸から、大声で告白された♥ (ハル・18歳)

○**後ろからギュッてしてきて、「まだ帰らないで」って言ってくれた♥ (あーちゃん♥・17歳)**

●メールでも、電話でも、普通に会って話をするときでも、自分からちゃんと話題をふってくれる男性がいたら、「おッ♥」て思っちゃいます。(たこCHU・16歳)

○**寒い日に、私にだけ自分の上着を脱いでかけてくれた♥ ほかにも女のコがいたのに～♥ (さにゃ・17歳)**

●道を歩いてるときに、さりげなく車道側を歩いてくれる!! やっぱり男は、紳士的じゃないと!! (なつ☆・18歳)

●友達とケンカしてひとりで教室にいたら、毎日、話かけてくれて好きになっちゃった♥ (尼崎氏・15歳)

14|Dr.KEIKO

ドクター圭子の保健相談室

TVや雑誌でおなじみの、婦人科医師・松村圭子先生が、ウチらの、誰にも言えないナイショの悩みに答えてくれるよ。体のこと、性のこと、どーんとぶつけてOKだからね! カモーン♪

今月のお悩み

体毛が濃いのが悩み。とくにお腹や乳首の周りが気になります。そると濃くなってダメと聞くけど、まだ中学生なのでエステに行くなんかムリ。困っています。

大人の女性に近づいている証拠ですよ!

中学生ってことは思春期真っ只中ね。思春期は、"性ホルモン"や"成長ホルモン"の分泌が活発な時期で、一生懸命、女性らしい大人のからだつきになろうとしている時期なの。性ホルモンには、"女性ホルモン"と"男性ホルモン"の2種類があって、大人の女性は"女性ホルモン"のほうが圧倒的に多いのだけど、この時期はホルモンバランスが不安定で、"男性ホルモン"の影響が強く出る場合があるの。男性ホルモンというのは、体毛を濃くしたり、皮脂を分泌したりするので、この時期に、体毛が濃くなる女のコは意外と多いの。でも、もう少ししたら、ホルモンバランスが整ってきて、体毛は気にならなくなりますよ。自分でお手入れをするときは、よく泡立てた石けんを皮膚に乗せて、T字カミソリで毛の流れにそって優しくそりましょう。乱暴にしたり、毛の流れにそわないと、毛が皮膚の中にうもれる"埋没毛"になったり、刺激で皮膚が黒ずんだりすることがあるので注意してね。そると、濃くなるといわれるのは、毛が斜めにカットされて断面が広く見えるから。濃くなるわけではないのでご安心を。

PROFILE
松村圭子先生。らら女性総合クリニック院長。専門は婦人科、美容皮膚科。携帯サイト http://j-igaku.net/

今月のアドバイス

気になるのは今だけ。もう少し待ってみて!

13|PINK TEACHER

ピンク先生の男子解剖

男子の気持ちってまじ分かんないよ～! ってなげいている女のコは多いんじゃないかな? そこで悩める女子たちの味方ピンク先生が、男子アンケートから、男子の隠された本音をひも解いてくよ。今月もひとつ大人の階段登ろっっ。

今月の男子のホンネアンケート

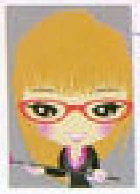
思わず好きになってしまいそうな、女子の行動&しぐさは?

1位 気づかい上手
2位 弱い一面を見せられる
3位 服の裾をつまんでくる
4位 ジラすのがうまい
5位 見た目チャラいのにマジメ

その他
●距離が近いとき ●一緒にいる時間が長いと好きになっちゃう ●手作り料理がおいしかったら ●髪を束ねるしぐさ ●方言 ●笑った顔がカワイイ ●何でも話せる雰囲気 ●落ち着いている

がんばるより、素を見せるべし!

1位の意見を参考にすると、モテるには、みんなでいるとき、つまらなそうにしている人に話題をふったり、後片付けを嫌がらずにするのがよさそう。男のコはなにげ見ているみたいだからね。でもあくまでも、さりげなくだよ。恩着せがましいのは×。2位と3位は、特別感と、頼られている感じがいいみたい。ジラし、ギャップは昔から人気。異性の前では、目立つようにステキに振るまわなくちゃとか考えがちだけど、実は周囲を気づかったり、素を見せるなど、裏の顔が重要みたいだね。



PROFILE
恋愛&セックスのことを書いているロマンスライター。SoftBank au公式サイト http://pink.motekawa.jp/

15|MENTALITY TEST

四条先生の

心理テスト

早くも人気のコーナー、気になる心理テストだよ～! 今月は、いったいどんな自分がわかるのかな? ワクワクするね♥ さっそくみんなでやってみよー!

PROFILE
占いと心理学両方からの心理分析、性格診断を得意とする心理・占術研究家。著作は「LOVE&SEX心理テスト」(海竜社)他多数。

Q 好きな人に「あと5分で着くよ」というメールを送ることに。もし、最後に絵文字を入れるなら、次のうちどれにする? 直感で選んで。

A ♥	B (顔文字)
C !	D ★

解説

メールは自分の気持ちを届けるもの。そのメールにどんな絵文字を入れたかで、あなたが恋人にどうやって接しているかがわかるよ。

Aを選んだあなた
Aを選んだあなた。そんなあなたは、自分から相手を愛したい人。相手から愛されるだけでは物足りないみたい。そのため、自分から相手に接近し、お世話してあげるよ。ただし、ときどき愛が重すぎてしまうこともあり。注意。

Bを選んだあなた
Bを選んだあなた。そんなあなたは、恋人とは対等であるべきだという気持ちが強い人。そのため、親友としても恋人としても、お互いに支え合うことができそう。ただし、あまり上手に甘えられないこともあるみたい。がんばれ!

Cを選んだあなた
Cを選んだあなた。そんなあなたは、相手に愛してほしい人。そのため、どちらかというと相手に甘えようという意識があるようです。やり過ぎは注意だけど、上手に甘えられれば、相手にも喜んでもらえそうだよ。

Dを選んだあなた
Dを選んだあなた。そんなあなたは、恋愛に対してかなり夢見がちな人。心の中には、王子様願望がひそんでいるみたい。そのため、相手から動くのを待っていて、自分の気持ちを出せないことが。あなたからも動いて!

杂志迷 zazhimi.com 蝴蝶网

Ranzukiホムペにゅ～す!! Vol.45

Design/Akiko Takayasu

リニューアルしたホムペ、もう見てくれた？　カワイさ倍増したから、まだ見てないってコがいたら今すぐ見てみて♥　それに言うまでもなく、今月も楽しい画像いっぱいアップしてるしね♥

アクセス方法は以下の2と～り♪

1 QRコードで1発アクセス!!

ケータイのコード読み取り機能を使って、右のQRコードを読み取り、サイトに一発アクセス。簡単だからまだの人は試してみて♪

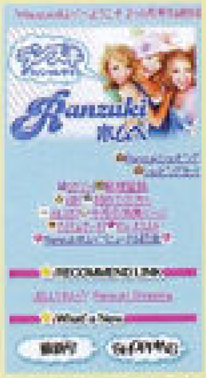
2 http://www.ranzuki.com/

QRコードの読み取りができなくても、上のURLを入力すれば、サイトにアクセスできるヨ。

※ケータイサイトに関してのすべてのお問い合わせは、アトミックブギー（☎03-5468-3744）までお願いします。問い合わせの時間は、平日の10時～18時までとさせていただきます。
※応募された方の個人情報を本企画以外の目的に使用することはありません。

アクセスしたら

❶ 新規登録する

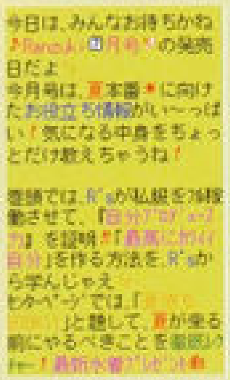


まずホムペにアクセスしたら無料会員に新規登録。「Ranzuki Shopping」でお買い物をする人は最初にゼッタイ必要だからネ。

❷ フォームに記入

Eメールアドレスやパスワードなどの必須事項を記入してメールフォームから送信。送信メールが届けば登録完了。簡単だよ。

❸ メルマガが届くよ!!



月に2～3回、お得な情報満載のメルマガが配信されちゃう。更新情報や通販の新製品情報が届いちゃうんだってさぁ☆

Ranzuki the movie

今月は2本立てでお届け中☆

誌面ではわからないR'sの濃ゆ～いキャラが見れる!!

動画1は、なつぅみが過激すぎて、本誌じゃ載せられない！　ので、あえて内緒にしちゃいました♪　ホムペをお楽しみに♥　動画2は、今月もやんちゃなりかちゅうをお届けするよ！

今月のオススメ商品

オシャレに持ち歩けるよ！

いつでもどこでも使えるコテが登場♥

ポケットアイロン

今月のオススメ商品は、持ち歩き可能なヘアアイロンだよ♪　カラバリも白、ピンク、パープル、黒の4つがあって、とってもオシャレなんだ。出先のお手洗いなんかでこのアイロンを使って、ちょちょっと手直ししたら、カワイさアップすること間違いなし☆
(4179円)

ウラウラんずき

大盛り上がりな撮影現場からお届け！

R'sのおもしろオフショット続々登場★

撮影現場では、今月もR'sがおもしろすぎて、その行動から目が離せなかったよ～！　そのほんの一部を、ホムペで紹介しちゃう♪　もっともっとR'sのことが知りた～い！　とか、誌面では見れないR'sの素顔が見た～い！　なんてコは、このコーナーをチェックするべし☆

ギャルコミ！の投稿もコチラから!!

投稿方法

1. 投稿するために、まずはケータイサイトの「Ranzukiホムペ」にアクセス！(http://www.ranzuki.com/)
2. トップページが出てきたら「ギャルコミ！の投稿もコチラから!!」ってタイトルをクリック！
3. 次に、投稿したいコーナーのタイトルをクリック！　自分の応募したいコーナーを間違えないようにね！
4. すでに件名が入力された画面が出てくるから、そこに本文と自分の名前、年齢、電話番号、住んでいる都道府県を入力して送信！

※必ず①自分の名前（もしくはペンネーム）②年齢　③電話番号　④都道府県　⑤コメントを入力してね！　写メが必要なコーナーは、写メつけるのを忘れないで!!

募集コーナー

「おもしろ写メ」
もしある日、傑作が撮れたなら、もしある日、おもしろいものを見つけたなら、ここに送ってや～☆　おもしろいコト、みんなで共有しましょ♪

「盛り写メ」
みんなの盛り写メ大募集♥　もしかしたら、この写メがきっかけでモデルとして編集部に呼ばれるかも♪　ステキな写真をお待ちしております。

「地域対抗盛りコーデ」
あなたが住んでる地域の代表になって、自慢のコーデを披露してね！　地域によって、盛りコーデも違う!?　住んでる都道府県名をつけるのを忘れないで☆

「男子解剖、保健相談室」
気になる男のコの本音、女のコのカラダの悩み、ピンク先生と圭子先生が答えてくれるよ～！　ひとりで考え込んでないで、相談してみて♥

「R'sなんでも相談室、編集部のQ&A」
R'sと編集部がみんなの悩みに答えちゃう!!　ファッション、恋愛、学校、Ranzukiに関すること……どんなジャンルでもOKだよ！

「みんなに聞きたいこと大募集」
以上のコーナーのほか、「ギャルの言いたい放題」や「ラブトーーク！」でみんなに聞きたいこと、「心理テスト」で知りたいことなどあれば、どしどし送ってね！

郵送でも受け付け！　似顔絵は、ハガキでの応募のみ！　下記のあて先までドーゾ!!

〒102-8407　東京都千代田区一番町29-6
(株)ぶんか社　ランズキ編集部「ギャルコミ！」係マデ

オリジナル待ち画

R'sのカワイイ写真がいっぱい！

お気に入りの写真をGETしよう♪

お気に入りの写真を簡単にダウンロードできる大人気コーナーだよ。今月も、[illegible]をどばっとアップしちゃった～☆　あなたが気に入った写真はどれかな？　どんどんダウンロードして、待ち受け画面にしたり着信画像にしたりなど、お好きなように使っておくれやし～♪

安部ニコルチャン

間宮梨花チャン

ねぇねぇ もう知ってる？

ガム噛むエクササイズ

R's仲間ならもう常識!?
ガムでキュキュッと小顔になれると噂のエクササイズ。
りかちゅうとニコるんもずっと続けてるよ！

「噛んでない」口、もういないよねっ!?

噛んでる？ 噛んでない？ これって実はキレイのためにとっても大事なこと。ハンバーガーやケーキやアイスみたいに柔らかいものばかり食べてると、顔の表情筋がゆるんで、ほっぺやあごラインがたるんでしまうというコワイ話が！

で、りかちゅうとニコるんが最近はまっているのが「ガム噛むエクササイズ」。ガムってもともと噛むためのお菓子でしょ？ だから特別な努力もお金もかかずに、しっかり噛むことができるよね！

最近はやりの顔面エクササでも、ガムを使ったエクササイズが注目されてるんだよ！ 毎日続けてると、ほら、こんな効果が！

モデル着用商品はすべて参考商品です。

zazhimi.com
hudie.com

ガムって意外な盲点？目からウロコの小顔作戦

♥りかちゅう
ガム噛みはじめてからもう3ヵ月くらいかな？ 最初はただガムを噛んでただけだけど、「ガム小顔ダイエット」っていう本を読んでから「ガム噛むエクササイズ」をはじめたの。

♥ニコるん
やっぱり、ちゃんと意識してエクササイズすると違うよね！ だってほっぺがすご〜く疲れるもん。顔がキュッて引き締まった気がする！

♥りかちゅう
それに、前みたいに甘いお菓子をたくさん食べなくなったかも。ガム噛んでると自然にダイエットできちゃうって感じ。

♥ニコるん
そうそう。ダイエットなんて全然してないのに、体重が2kgへったよ！ 撮影の時にいい笑顔が出やすくなったってカメラマンにもいわれたし。これも、ガムで表情筋が鍛えられたからかな？

♥りかちゅう
もうR's仲間はみんなやってるよね。「ガム噛むエクササイズ」。好きな音楽聴きながらできるのが楽しい〜！

♥ニコるん
ワタシは「ポニョ」を聴きながらエクササイズするのがお気に入りなの♥♥

りかちゅうとニコるんおすすめの
「ガム噛むエクササイズ」

hudie.com

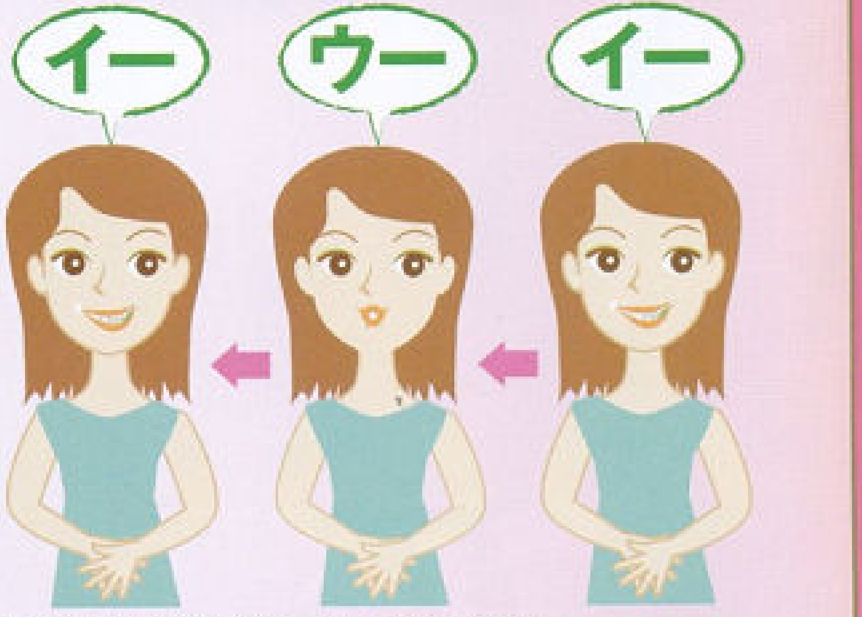
**ガムを噛んで柔らかくしてから、
ゆっくりめのリズムの音楽に合わせてレッツ・トライ！**

ウインクエクササイズ

❶手を後ろに組み、背筋を伸ばす。
❷右側でガムを噛み、右目をウインク。
❸右の口角をキュッと上げ、そのまま8回噛む。
❹左も同様に。

※これを3セット繰り返す。

リフトアップエクササイズ



❶おなかに両手を当て、腹式呼吸で行う。
❷ガムを前歯で噛んだまま「イー」と声を出しながらゆっくり口を横に広げる。
❸「ウー」と声を出しながらゆっくり口をとがらせる。
❹もう一度「イー」と声を出しながら息を吐ききる。

※これを4セット繰り返す。

絶賛発売中だよ!!
楽しいガム噛むエクササイズの本
ガム小顔ダイエット

りかちゅうもニコるんもはまっている「ガム噛むエクササイズ」をくわしく知りたいならこの本で。

定価1,000円　ぶんか社

巻き方次第で表情ガラリッ!! イメチェン自在のうるつやストレート OR
雨でも風でも崩れませんっ！コテ巻きいらずでセットもラクチン♥立体ウェーブ♥

どっちのふわ髪でいく?

ユウハウスのエクステはストレートもウェーブもトリプルA級★★★特殊加工で手触り、アレンジ、お手入れのラク～な上質エクステは渋谷でいち早くエクステを取り入れたユウハウスならではこだわりだよ。今ならこのユウハウスのストレートエクステが30本で5,800円という驚きのチャンスだよ!変身したいコはとにかくユウハウスへGO!!!

ストレートエクステだからキレイに巻ける！上質なツヤ★が自慢の コテ巻きカール VS 美ラインウェーブ ウェーブエクステだから手間いらず！いつだってフォルム完璧！

ツヤ感とソフトなフォルムで♥
甘ぁ～い艶やかコロネカール

セミロングのベースにストレートエクステのベース。ハイライトをMIX して ON。カラーは明るくツヤ感抜群のプラチナベージュをチョイス！太めのコテで縦に内巻きにして大きなコロネ状に♥TOP は盛らずに流すことでかわいさの中に上品さをプラスしたスタイルに！

崩れない！いつでもどこでもフワ盛りキープ♪
踊るウェーブで華やかフェイス♥

ツイストプラスでリゾート系モテ系ガーリー

ンクの小物でおちゃめに♥キュートに♥

期間限定! 11/30まで
ストレートエクステ 30本 5,800円

予約時にRanzukiを見たと言うと特別価格に！

人毛エクステンション【EXカット込・すべて編込み】

ストレート（1本194円）		ウェーブ	
30本 8,800円	➡5,800円	30本13,600円	➡10,880円
40本11,800円	➡7,750円	40本 17,800円	➡14,240円
50本14,700円	➡9,700円	50本 22,000円	➡17,600円

■コーンロウ1本→700円～
■カラー 5,250円～→30% OFF
■パーマ 5,000円～→30%
■カット 5,500円～→30% OFF
■縮毛矯正ルキアストレート31,500円→11,800円
【シャンプー・カット・コンディショニング・ブロー込】

クセ毛で本当に困ってるコ、HPも要チェック！
http://www.yuhouse.net/shukumou

クオリティー感じるワンランク上のサロン★

ユウハウス
ユウハウス・ネオ
2店舗共通ご予約ダイヤル
☎03-3463-8380
渋谷区宇田川町36-6ワールド宇田川ビル1F・2F
http://www.yuhouse.net/m-mobile.html
http://www.yuhouse.net/

蝴蝶网 hudie.com
zazhimi.com

夏が終わってもこの人気は止まりません!!

BOH(ボー)で秋のアメカジスタート☆

一年中アメカジしたいコ～! きっとたくさんいるよね!? そんなみんなに、絶対気に入ってもらえるブランドが、このBOHってやつなんだ☆ 夏は終わっちゃったけど、カラフルで元気な勢いは止まんないもんっ! 今年は、秋も冬もアメカジ人気らしいから、今からGETしとかないと、秋のスタート遅れをとっちゃうぞ!!

Photos／Tamotsu Nakamura<f-me> Styling／Ryoko Suganami
Design／Mizuki Komatsu<ma-h gra> Thanks／pink flamingo
※この特集に掲載された商品のお問い合せ先は、P.153にあります。
特にクレジット表記のないものはすべてモデル私物です。

鈴木あやチャン(19歳)

ワッペン&プリントで秋も盛りアゲてくよん♪

赤・青・黄色でアメカジ前進～(笑)

ビビッドカラーのパーカーに、ボーダーが爽やかなイメージ。秋だからって、ダークカラーとか無視しちゃうっ!! パーカー7245円、ボーダーTシャツ3045円、パインプリントデニム1万290円、ベルト(参考商品)／すべてBOH

もこもこブルゾンは冬までロングラン決定☆

中綿パインプリントブルゾン1万290円、ボーダー星Tシャツ3045円、ワッペンつきデニムショーパン6195円、ロゴマフラー4095円、バックルプリントベルト3045円／すべてBOH ムートンブーツ3360円／サルース(サルース新宿マルイカレン店)

ざっくりニットでガキんちょ着ぐるみさん

ライトアウターで人気のカウチンニットも、存在感のあるロゴやプリントでテンション高めっ! スターパインカウチンニット7245円、パインTシャツ5145円、ワッペンつきデニムショーパン6195円、ベルト(参考商品)／すべてBOH

前からはもちろん、バックプリントでもインパクト大な主役級アイテムのラッシュ! 中綿プリントベスト7245円、カリフォルニアスターTシャツ5145円、パインプリントデニム1万290円、ロゴニット帽3045円、ベルト(参考商品)／すべてBOH スニーカー／スタイリスト私物

ノベルティーも見逃せない!

商品を8000円以上お買い上げの方に、BOHオリジナルデザインのパイナップルロゴミラーをプレゼント。※なくなり次第終了

BOHアイテムはここで買えるよ♪

BOH(ボー)
☎06-4708-9255
http://www.bidders.co.jp/user/13053549/ranzuki
大阪市中央区心斎橋2-3-21

BOHお取り扱い店募集中!

ピーコンまたまたやっちゃいました～！
渋谷ジャック
なんと2回制覇！
渋原系ギャル～みんなみんな集合！
ヒトミをデザインするカラコン
カラコンならピーコン
peach Color
アクセスはここから
MaxMistySeries
2009' NEW
ミステ
MaxSeries
マックス
AdarutoSeries
アダルト
LoveSeries
ラブ
TearSeries
ティア
Pure
ピュア
Goldblack
ゴールドブラック
Peach Color♡
S♡A
いけてるこんたくと!!♡
MODEL：荒木さやか
MAX-MISTY GRAY着用
http://www.p-color.net
shibuya hijack 2
ピーコン
peach Color
2009/8/12
2009.08
渋谷JR線駅構内
PeachColorINFO) http://p-color.net PCでも携帯でもOK! Web注文は年中無休 9:00~21:00 (月~土) ☎03-6233-0571

蝴蝶网
hudie.com
杂志迷
zazhimi.com

カラコンパラダイス 007
日本最大級カラコン専門店「カラ★パラ」愛用者40万人突破！
※当社調べ
発売から1年で
12,000セット完売!!
※当社調べ
キャンディーカラー
Candy color
超極薄レンズ
0.07mm
カラパラ
オリジナルカラコン
今、チュルンッとした透明感あるSweetな瞳が大人気！
雑誌にも数多く紹介されている人気の秘訣とは!?
実際につけたときの感想を直撃！
Mちゃん
（16歳高校生）
全部のカラーが自然で目がクリクリ大きく見える！目になじむし学校にいってもバレなそう!!
人気の秘密は・・・
Before
キャンディーブラウン
Zoom!
Venus Eyes
Venus Eyes Candy Color
ヴィーナスアイズ キャンディカラー
キャンディー ブラウン
キャンディーグレー
キャンディーグリーン
キャンディーバイオレット
キャンディーアクア
※レンズデザインに模様があるように見えることがありますが、印刷では表現できないほどなめらかで、透き通ったグラデーションです！
New!!
キュートブラウン
hot!
エッジ ヘーゼル
hot!
エッジ グレー
エッジ ブラウン
グリーンブラック
エッジ グリーン
New!!
スパークリングブラウン
hot!
グランデ ブラック
エアリー ブラック
エアリー チョコレート
ブラウン ブラック
グレー ブラック
ヴィーナスアイズ全種類 ¥4,980（税込）
度なし、3ヶ月使用1箱2枚入、レンズケース、レンズピックス、洗浄保存液、BC:8.6
Angel Color エンジェル カラー
有名カリスマモデル益若つばさや星あやとのコラボレーションで人気のカラコン！
エンジェルカラー エッジブラウン
エンジェルカラー ハニーウィング
エンジェルカラー アッシュウィング
エンジェルカラー ワールドブラウン
¥5,040（税込）
度なし、3ヶ月使用・1箱2枚入り、BC:8.6
エンジェルカラー ヌーディーブラウン
¥6,825（税込）
Cala view カラビュー
度ありで透明感のある、鮮やかなフチあり！
カラビューブラウン
カラビューグレー
カラビューグリーン
¥3,780（税込）
度あり、フチあり、1年間使用、1箱1枚入、BC:8.7
アイラックス イノバ
うれしい度ありで1年間自然なデカ目！
アイラックスイノバ ブラック
アイラックスイノバ ブラウン
¥6,300（税込）
度あり、フチあり、1年間使用、1箱1枚入、BC:8.7
ヴィーナスアイズには保存液とレンズケースが付いてるよ
Color Para MAGAZINE
大人気、カラコン専門誌
カラ★パラマガジン
差上げます。
取扱商品全200色の色比較表付き
※電話、サイトからお申込みいただけます。
充実の配送システム!!
365日休まず配送!!
AM12時までの注文は即日発送!!
満足保証
お気に召さなければ
返品OK!
カラコン専門店"カラ★パラ"では、もし、お使いになって使い心地にご満足いただけない場合には返品をお受けします。
※カラコンは、使用上のご注意を良く読みご使用ください。
Venus Eyes 限定
1枚から購入可能！
「片方をなくしちゃった」なんてときも便利です♥
【ヴィーナスアイズ全て1枚2,980円】
カラ★パラ オリジナル カラコン「ヴィーナスアイズ」だからできる安心サポートサービス！
★読者限定特典★
200円OFF!!
クーポン番号を入力するとご請求金額から、さらに200円引きいたします。
空メールを今すぐ送信！
@007s.jpのドメインを解除して下さい。
3098
有効期限：2009年12月31日まで
空メールはコチラ
r@007s.jp
※ドメイン指定をされている方は007s.jpを指定してね！
携帯サイトはコチラ ※アクセスしづらい場合は、お電話で！
http://www.007s.jp
PCサイトはコチラ
http://www.007s.-contact.com
電話でのご注文はコチラ 受付時間／年中無休 9:00～21:00
0120-544-804
受付時間／年中無休 9:00～21:00
0120-800-491
ご注文方法
代金引換（手数料300円）でお届けします。商品到着後に配達員に現金でお支払いください。送料は全国一律735円、商品代金14,000円以上で送料無料となります。※商品により代金引換ができない場合がございます。（詳しくはサイトでご確認ください）返品・交換は到着より10日間であれば承ります。（必ずお電話ください）※コンタクトは高度管理医療機器です。必ず眼科医の検査、処方によってお求めください。18歳未満のお客さまは保護者の許可を得てご購入ください。空メールを送ると【知って得するトレンド情報】がいっぱいゲットできるお得なクーポン付きメルマガをお送りします。
カラコン通販なら カラコンパラダイス007
〒150-0043 東京都渋谷区道玄坂1-19-9 第一ビル2F
当店は高度管理医療機器販売の許可を取得しています。
株式会社ネットランドジャパン 許可番号 春保1010073
人気のモデルさんも大絶賛！
付けた時に、気付かないくらいに薄いのが一番！ヴィーナスアイズは最高ですよ♥
カラコンはなくてはならない存在。家を出る時は必ず付けます。だから誰でも毎日付けているから、なんと言っても「付け心地」が一番大切なんです。その点、ヴィーナスアイズは付け心地の良さがなにより
イイですね。長時間付けても目が疲れないんです。

蝴蝶网 hudie.com
杂志迷 zazhimi.com

ご優秀アイテムをピックアップ!

Hair&Make/ Yurina Abe<D-GO> Styling/Rika Yoshida
Photos/ Mika Thanks/BACK GROUNDS FACTORY

Body get! 秋のキレイを手に入れる! ベストアンサー BEST ANSWER 11

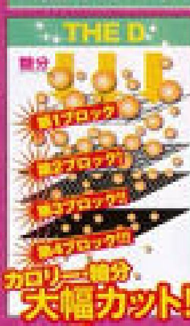
DIET ダイエット部門

Q 01 食べても食べてもヤセる 奇跡のヤセ体質がほしい!!

A. 4つの阻害システムで、カロリー大幅カット!
THE D ザ・ディー
通常価格 ¥12,600
>> ストレン特別価格 ¥3,129

炭水化物だけじゃない!! お菓子も油も全対応!!何を食べてもオール消去!?新製法4段階ブロックで、着実なカロリーカットが可能に!?余分なカロリーは吸収させない!大食いさんも、ダイエットに成功した事ない方も、最終兵器はコレでキマリ!?(60粒)

2粒でカロリー50%カット!?



食べ物によって大きさが違う糖分。今までは1種類の大きさの糖分しかカット出来ていなかったんです。"THE D"4段階のカロリーカットに成功。様々なサイズの糖分に対応したカット成分だから大食いも余裕でOK!

発売以降 ダイエット部門 NO.1ヒット 記録樹立!!

クチコミ
・ウ◯チと一緒に真っ白な脂の固まりが出た!脂肪が流れるみたい!(弥生/23歳)・今まで痩せた事無かった私が10キロ近くダウン!嬉し過ぎ!(加奈/20歳)

Q 02 今年こそブーツがキマる、ホッソリ脚になりたい!!

ヤセ部門 第1位

A. 太脚の原因にアタック!! ストレン限定「美脚」サプリ!
CELEG mini(30粒)
通常版(60粒)¥4,830
>> 10日間お試し体験版 ¥2,520

パンパンの太ももやムムチのふくらはぎにも悩まない!!特殊成分の発見により「今スグにモデル級美脚を手に入れたい!」アナタに!まずは太脚になるむくみを改善!モデル級の脚魅せスタイルも余裕の美脚に!

クチコミ
・今まで何をしてもヤセなかったのにショーパンがスカスカ!!!(ユウ/22歳)2週間位使ってます。足、特に太ももが細くなりましたぁ!彼氏もびっくりしてました!(りこ/16歳)

Q 03 秋は"ガリヤセ!!"1ヶ月-10kgが絶対目標!

A. 特許成分が食欲をコントロール! 自動的に理想体重!?
MAD SLIM XXX
通常価格¥12,600
>> ストレン特別価格 ¥3,990

満腹中枢を刺激する!?新成分が"脳を騙して"…!?もはや何をしてもヤセられない人専用!?米国政府が"痩せる!"と認めた特許成分で「太る本能」を断絶!?個人個人の本能にアプローチ!「-10kg希望」も「あと-1kg!」が欲しい時も。ダイエット最終追い込みはコレ!(100粒)

クチコミ
1週間で5キロ落ちました!(薫/21歳)コレ飲むと空腹感がなくなる…(舞/20歳)全身が一回り小さくなった。(令子/22歳)

米国特許成分「スレンデスタ」 信頼性もバッチリ!

BUST バストUP部門

Q 05 あのコより盛れてるバストになりたい! 大きさも色も欲張る私にピッタリは!?

A. モデル大絶賛!!Aカップ以下専用ジェル
グラビアートBBMAXジェル
通常価格¥16,000 >> ストレン特別価格 ¥3,129

爆乳成分を着実にバスト内に届ける新しい配合を採用!!なんと2週間でB→E(当社調べ)への結果報告も!!気になる黒ずみケアも出来てどこから見ても完璧の美胸に♡(100g)

プ以下の方はコレ!!
A cup → E cup!

クチコミ
小学生の頃からほとんど変わらなかった下貧乳がふっくら!やっと大人の女になった感じ♪(梓/20歳)

TVでも紹介!! 商品詳細はサイトへGO!
グラビアート シリコンパッド
ストレン特別価格 ¥5,040

Q 06 お尻がキタナくて彼どんびき↓ いつでも脱げるお尻にして〜!

NEW ITEM!

A. ブツブツ・黒ずみ・ダルダル汚尻を美尻に♥
魅惑のおしり
通常価格 ¥5,800 >> ストレン特別価格 ¥2,604

隠れたお悩み「お尻」にスポットを当てた薬用美肌ジェル!お風呂上がりに塗ることで有効成分がグングン浸透!気になるニキビやニキビ痕、摩擦による黒ずみも赤ちゃんみたいなツルツル感に!(50g)

クチコミ
・こっそり悩んでた汚いお尻の肌…まさか専用の商品があるなんて!常に吹き出物がいっぱいのお尻の赤みが引いて感動!美白効果も期待できそう!(ナギ/22

Q 04 土台からずっしりバストになりたい! 今、一番売れてるサプリはどれ?

バスト部門 8月売上げ NO.1!! (ストレン調べ)

A. 生まれつきでも…成長期過ぎても 最新理論で土台から改善!?
ナイトグラマー
通常価格 ¥15,540
>> ストレン特別価格 ¥3,129

「作用を倍にする」新成分の配合に成功!? 一晩で理想のバストに!? 就寝前の摂取により成分をダイレクトに浸透。新理論「ラクトゲン受容体」に着目し、土台から底上げ! 他のサプリで効果がなかった方も期待大!! ハリだけじゃなく本物の豊満BODYに!!(60粒)

サイトには上位版も♪

1 「Aカップ以下」の方に特にオススメ!!
今までどんなサプリも効かなかったという方は、そのサプリが「土台」を重視してなかったからカモ!? 胸の奥の奥、ベースを持ち上げる事でグッと底上げ!

2 成分活性化で「作用2倍」!!
最新成分「ボロン」にはバストUPには欠かせない『エストロゲン作用』を2倍に活性化させる!? 加えて睡眠中の「成長ホルモン」の分泌を活用し、睡眠前に飲む事で、さらなる効果UPが可能に!?

作用を2倍に活性化!! ※当社調べ
究極の最新成分『ボロン』

クチコミ
・これは本物です!! 友達から聞いてコレを試してみたんですが、翌日にはハリを感じたんです!! これはッ!!!っと思い、毎日飲んで2週間で今1カップあがりました。ほんとスッゴイです。まだまだ飲み続けてみます!! (朋希/21歳)

蝴蝶网 hudie.com
zazhimi.com

全国最大級のギャル向け
ケータイ通販サイト
StreeTrend
ストリートトレンド
『全国12万人のGAL』が選ん
※当社調べ
最強
美Face&
Q10
治りづらい頑固ニキビ…
一晩で劇的にキレイになりたい!!
メルマガ注文殺到!!
塗って→寝る!どんなニキビも即消滅!?
A. シエラナイトクリーム
通常価格¥12,600
ストレン特別価格 ¥3,129
『医薬部外品』の実力派クリームがニキビの元を奥の奥から吸い上げる!! 今まで何をしても改善しなかった重度のニキビにも一晩で効果を発揮!!(25g)
重度ニキビ肌専用 ニキビ知らずの美肌へ!!
クチコミ
・中学から悩んでた顔全体の赤ニキビ…。翌日起きたら赤みが引いててニキビも超小さくなってたんです! 今迄いろいろ試して来たけど、ここまで実感出来たのはシエラが初めて!! 感激です!!(宏美/21歳)
実力は本物!!
Q07
ウブ毛も毛穴の汚れも
一気にOFFしてツルン肌♥
新開発パックでごっそり綺麗!! 週1でOK!!
A. フェローズ エピパック
ストレン特別価格 ¥1,980
顔のうぶ毛、毛穴汚れ・黒ズミが気持ちいい程ゴッソリ!! まるでムキたてのゆでたまごみたいなツルツル肌を実感!! 顔のウブ毛を除去することにより化粧品も浸透しやすく、肌のトーンも明るくなって、スッピンに120%の自信!!(80g)
ご〜っそり快感♥
ファンデのノリがぐんとアップしちゃう♥
気になる小鼻も♪
つるっつる♥
クチコミ
・ウブ毛がパックに付いて取れるのが見えるのが気に入ってる♪化粧ノリがかなり良くなったよ!小鼻の黒ずみも気持ちいい程たくさん取れる!! ローズの香りもお気に入りだよ♪(瞳/18歳)
Q11
エステ脱毛より安くて、簡単に
ツルツルの極上肌になりたい♥
GRANDPRIX 実感度 第1位 (09年8月現在)
ムダ毛一掃で、肌もツルツル!
A. アクアパトラ ヘアリムーバー
通常価格 ¥4,200
初回限定特別価格 ¥1,575
毛穴の奥からゴッソリと根こそぎ取る感覚は一度使えば病み付きに!! カミソリ処理後のような黒いポツポツも残らない!! リムーバー処理で手早く極上美肌の完成!! (専用ヘラ付き/100g)
ポツポツしない! うぶ毛も残らない!
ストレン限定ITEM
こんな男の剛毛も…
仕上がりA級!! 無毛長持ち!!
塗って数分後、サっと拭き取れば…
クチコミ
毛がゴッソリ抜けて、しかも肌もキレイになったし白くなった!! 今までカミソリ処理だったけどリムーバー最高! 1回したら2週間位毛が目立たないからホントに楽! (りさ/23歳)
COSME
美肌・目ヂカラ・コスメ部門
Q08
秋のマストはナチュラルメイク!
でも目はしっかり盛りたい!
ストレン限定ITEM
GRANDPRIX 雑誌掲載 第1位
有名モデル愛用者多数!!
A. GGGシリーズ
1本1本がキレイに馴染む!
落ちない!滲まない! 一日キープ!
一日中、漆黒ライン崩れない!!
プログレッシブ・ジェルライナー
「一日中落ちない」強力ジェルライナー。繊細なラインからくっきり強めラインまで、つけたてのラインの美しさが際立つ!!(ブラシ付き/5g)
通常価格 ¥3,360 ストレン特価 ¥2,310
さらに限定お試し価格 ¥1,990
スーパーロングマスカラ!!
GGGエレガンスラッシュ
重ねてもダマにならずに、まつげ1本1本がきれいに馴染む育毛成分配合のロングマスカラ!!(7ml)
通常価格 ¥3,150
ストレン特価 ¥2,520
さらに限定お試し価格 ¥1,990
クチコミ
マジイイ!!他のマスカラもう使えない!!超盛れるし、グイグイのびる!(メグ/22歳)・下地透明なのが◎目まつのハリが全然ちがう♪(里奈/19歳)・ホントに落ちない!発色も超濃いから粘膜に引くのにオススメ☆目の大きさ倍になるよん♪(聡美/19歳)
Q09
ナチュラルデカ目メイクがキマる!
クッキリ二重になりた〜い!!
寝てる間にクッキリ二重デビュー
A. ナイトアイボーテ
瞬きの少ない「夜」にスポットを当てた画期的ふたえコスメ。まぶたを柔らかくし、引き締め作用で二重がしっかりと定着!! (3ml/アイスティック付き)
ストレン限定ITEM
ストレン特別価格 ¥4,725
クチコミ
・奥二重で市販のコスメを何種類か試したんですけど、肌が弱いから、どれも腫れちゃって使えない↓ 友達に勧められて購入したコレは全然腫れないし、昼間も使ってるけど自然でバレません♪ 最初はちょっぴり割高だなぁと思ったけど、本格的だから、かなり満足してます。(理沙/19歳)
ナチュラルデカ目をGET♥ 自慢の素肌美人に♪
顔も体も秋のキレイが自由自在♪
※モニターモデルのデータ・感想は、あくまでも個人的なものであり、効果・効能を保証するものではありません。
全国最大級のギャル向けケータイ通販サイト ストリートトレンド
他にもアイテム盛りだくさん!今すぐアクセス!
http://sttd.jp/r9/
ストリートトレンド事務局 東京都港区元赤坂1-7-8 0120-000-424 10:00〜20:00(平日のみ)
モデルインタビュー 人気雑誌モデルの
サイトで撮影時のモデルオフショットも公開中♥
気になる商品の感想は クチコミ広場に盛りだくさん!
ストレンならキレイが叶う!

マックス公式サイト
ガールズch
完全無料で遊べちゃう!!
女の子ならやるしかないっしょ★
登録いらずでスグ遊べるよ★
ガールズchってナニ!?
ケータイで毎日をもっと楽しく!
ケータイでカンタンに暇つぶしが出来ちゃうスグレモノ♪出会いはモチロンみんなのクチコミや動画など…ちょっぴりオトナの完全無料サイトだよ!
Girl's Ch
ガールズチャンネル
検索
完全無料の超使えるサイトが登場!!
http://9898.tv/i052
友達・恋人さがし
ヒマつぶしにイケメン探しちゃお
あなたのタイプを見つけちゃおう!!
秋こそ彼氏が欲しくない?
めぐぽんチャン (23)
だって人恋しい季節じゃ～ん…そんな時のオススメがココ!!めんどーな登録ナシで気軽にタイプの人を探せちゃう★ウチの友達もココで彼氏を見つけてるしっ!
コミック・動画・占い
携帯でいつでもどこでも楽しめる
アレもコレもぜ～んぶ遊び放題!!
コンテンツ豊富♪デコメ・相性診断・IQ診断・レシピ…etc
ギャルのクチコミが凄い
みんなのリアルがココにある!!
気になる!!みんなの恋バナ盗み聞き
とにかく盛れるのは?!
みんなのこだわりっぷりハンパないから!!
目力100倍!!デカ目テク超決定版発表
本当は内緒のスタイルUPテク
ちょー盛り上がってるのはココ
気になるコトは全部解決!!
これで痩せた!!㊙サプリメント
意外なモノで簡単ダイエット
安心安全
公安委員会届け出済サイト
マックスグループ
18
※18歳未満の方のご利用は固くお断り致します。東京都新宿区新宿5-10 問:03-3358-2550(24h年中無休)当システムはダイヤルQ2や国際回線を利用した有料サービスではありません。公序良俗違反、売春及び金銭的利害の発生、未成年に悪影響があるもの各種法令違反その他オペレーターが不適切と判断したものに関してはサービスが受けられなくなる場合があります。パケット代別途必要となります。利用規約をご確認の上ご利用ください。
完全無料で
¥0
可愛いあのコはもう始めてる!
彼氏・友達探し
GRから簡単アクセス!
他にも、掲示板・投稿写メ・デコメ・動画・ゲームetc…が遊び放題!
PC-MAX
http://pcmax.jp/zzce
女の子だって興味あるよね
動画完全無料!
だめ…
あん…
ムフフな動画を携帯でいつでも見放題!
mgi
http://mgi.jp/i052

AngelColor エンジェルカラー
エンジェルカラーはココ
益若つばさちゃんプロデュース
ウイングシリーズ
度なし 2枚入り 3ヵ月
ハニーウイング
アッシュウイング
期間限定10月末まで
5,980円
5,040円税込
PerfectKeep FinishingPowder
パーフェクトキープフィニッシングパウダー
1,890円税込
星あやちゃんプロデュース クォーターヴィジョン
度なし 2枚入り 3ヵ月
ヌーディークォーター
ヴァージンクォーター
期間限定10月末まで
6,980円
6,825円税込
ギャル系カラコン★ラブカラーなら
すぐに使えるよ♥
即日到着即デカ目
ギャルに大人気!
agehaモデルりんちゃん
GAL系ラブカラー
期間限定10月末まで
5,980円
2,800円税込
度なし 2枚入り 6ヵ月
GALブラック
GALブラウン
GALグレー
GALブルー
GALグリーン
GALバイオレット
GALブラック装着
ageha読者モデルミキティ愛用
ツンデレ系ワンデーサークル
度なし ビッグサークル 1日交換 使い捨て
ブラック
ブラウン
10枚入り 1,800円税込
30枚入り 3,700円税込
度ありカラコン激安プライスにてセール中!
カラビュー
度あり 1枚入り 1年
ブラウン
グレー
グリーン
ブルー
バイオレット
3,100円税込
アイラックスイノバ
度あり 1枚入り 1年
ブラック
4,700円税込
アクアキュートビュー
度あり 6枚入り 2週間
ダークブラウン
3,900円税込
フェアリー系ラブカラー
GAL系ラブカラー2枚プレゼント中!
度なし 2枚入り 1年
直径14.2mm超ビッグサイズ
フェアリーブラック
フェアリーブラウン
フェアリーグレー
期間限定10月末まで
7,500円
4,800円税込
ワンデーカラー
使い捨て 度なし ビッグサークル 1日交換
ブラウン
グレー
ブルー
グリーン
8枚入り
1,700円税込
ラブカラー LoveColor
モバイル・PCサイトはココ!
http://www.re5.jp/
無料電話注文はココ!
0120-821-103
年中無休電話受付8:00〜24:00
土・日・祝も当日発送!無料電話注文OK!
送料無料セールはココから♥
24時間アクセスOK!
携帯でソッコー買えちゃう♪
読者限定セール♪
1 6,000円以上の購入で送料無料!
2 読者限定着圧ソックスをプレゼントしちゃうよ♥
3 フェアリー系ラブカラー1set買って!姫GAL系ラブカラー2枚プレゼント!
さらに今だけ! 度ありカラコンは両目購入でセール中!
コンタクトレンズ20年の実績があり、安全性の確認テスト済みレンズのみです。

コミュニティーサイト
BOOiBOO
オータムフェア
9/19〜10/22
スポーツの季節♥、ココロもカラダもお元気ですか?
シェイプしたボディで、ハートいっぱいにアプローチすれば♥
出会いのポイントは高得点♥まちがいなし♥♥♥
会員数450万人!(当社調べ) 老舗サイトのBooiBooなら、
写メ♥動画♥ボイスメールなど機能も充実、
地域・年齢・プロフィール検索機能付きで
パートナー探しもバッチリ♪
あなたも素敵な出会い&商品をゲットしてネ♥
全国版
エリア移動で近くの友達を探そう!!
Hokkaido
Tohoku
Hokuriku
Shinetsu
Kantou
Tokai
Kinki
Chugoku
Shikoku
Kyushu
Okinawa
アドレス非公開
信頼度No.1クラスの当サイトだから、安心してご利用できます!!
毎月
商品ゲットチャンス
利用するとマイレージがどんどん貯まっちゃう!
女の子には嬉しいイベントが毎月あるから、
マイレージを貯めて商品ゲットしちゃおう♪
アフィリエイト
お友達を紹介するとマイレージが貰えちゃう!!
しかも貯まったマイレージは換金できるんだよーっ♪♪
さぁ今すぐBOOiBOOにLet's Go!!
安心・安全なサポート体制!
安心安全
Security Service
優良
写メール
movie
ボイスメール
機能も充実、動画も見れる!
PC・携帯機種全てに対応しています
http://www.booiboo.com/?ra
児童ではないことの確認
BOOiBOOは出会いサイトとして届出をしておりますので、登録時に児童ではないことの確認をさせて頂きます。
届出受理番号:44080004001
18歳未満のご利用はご遠慮ください。
052-744-5586 24時間受付 年中無休

ココココンタクト
Cococontact
安全&安心の
カラコンをお届け!!
ココココンタクトは高度管理医療機器販売の許可を取得しています。●プリンセスカラー●フラワーアイズ●ジュエルカラー●ピューフリーダム2
上記の商品は、すべて医療用コンタクトレンズメーカーにより、ISO基準を満たした工場で製造され、製品もCE認証(EU加盟国では医療用具として認められているということ)を得ている安全な製品です。
蝴蝶Ⅸ
New Color
新色登場!!
最強デカ目
直径14.5mmの超デカ目!
ジュエルカラー
3,980円(税込)
度なし
2枚入
3ヶ月
直径:14.5mm
BC:8.7mm
Before
After
ブラック
ブラウン
グレー
グリーン
リング
ヘーゼル
ブルー
パープル
使用期限:開封後3ヶ月　連続装用:1日8時間　含水率:38%
度アリ激安
プリンセスカラーオプティカル
プリンセスカラーに度アリカラコン登場!
約1年使えて3,150円は超お得!
高度管理医療機器承認の安心カラコン
QRコードで即アクセス!
3,150円(税込)
度あり
1枚入
1年
直径:13.9mm
BC:8.7mm
ブラウン
グレー
ブルー
グリーン
バイオレット
使用期限:1年　連続装用:1日8時間　含水率38.5% power:-0.25~-8.00
大特価
フラワーアイズ
EXカラー・3カラー 3,980円→1,990円(税込)
2カラー 2,980円→1,490円(税込)
※有効期限2009年10月31日　※箱つぶれ品です。
度なし
2枚入
3ヶ月
直径:14.0mm
BC:8.6mm
3カラー グレー
3カラー ブラウン
3カラー グリーン
3カラー ブルー
3カラー バイオレット
EXカラー ブラック
2カラー グレー
2カラー ブラウン
2カラー グリーン
2カラー ブルー
使用期限:開封後3ヶ月　連続装用:1日8時間　含水率:38%
6,000円(税込)以上の購入
送料無料!!
世界62ヶ国でシェアトップクラスのピアッサー
低アレルギー性で、デリケートな肌にも安心。
ピアス針が細いので、痛みもヘッチャラ! ピアスの種類は全10種類!
Sexy Pierce 1,280円(税込)
ムーン
クリスタル
アレクサンドライト
アース
キュービック
さくら
プラネット
アクアマリン
ローズ
Wig Collection
ロングもショートも自由自在! 20秒で簡単イメチェン
5,900円(税込)~
読者限定クーポン 200円OFF
クーポン番号【9441】
購入時にクーポン番号を記入してください。※有効期限2009年10月31日
※色は個人差があります。
株式会社アルトレード　ココココンタクト事務局
〒179-0004 東京都板橋区板橋2-14-3 光ビル TEL:03-5375-2253 email:info@cococ.tv
◆高度管理医療機器販売業許可番号:第4501190400050号
◆コンタクトレンズ(度アリ)は高度管理医療機器です。必ず医師の処方に従いご購入ください。
◆コンタクトレンズ(度アリ・度ナシ)は眼に異常を感じられた場合には直ちに使用を中止し医師の診断を受けて下さい。
添付されております、取扱説明書をよくお読みの上ご使用下さい。
◆お支払方法すべて代金引換払いです。商品配達時に配達員に購入代金をお支払ください。代引手数料一律315円(税込)
◆送料は全国一律525円(税込)。商品購入代金6,000円以上で送料無料。
◆商品のお届けは、2日~10日程度かかります。
◆未成年の方は保護者の承諾のうえご購入ください。
◆個人情報保護に基づき許可なく第三社への情報提供はいたしません。
◆商品開封後のお客様都合での返品交換は不可となります。未開封商品の返品、交換はお届けより1週間以内にご連絡ください。
ご購入はこちらから
QRコードで即アクセス
空メール a@cococ.tv
直アクセス http://cococ.tv/?rzk=861
電話注文 TEL.03-5375-2253
受付時間/10:00~18:00(土・日・祝日は除く)

低カロリー 高バランス ストレス・リバウンドなし！

もちもちダイエットおやき 検索

もちもちおやきで−10kgダイエット！

※当社調べ

※体験談は個人の感想であり、効果・効能を現すものではありません。

ストレスもリバウンドもナシ！毎日食べてキレイにヤセる!!

尾川由加ちゃん
23歳／157cm
朝 昼 夜 2食おやき

おやき最高！マジ激ウマですね!! ダイエットの食べ物ってたくさんあって、私もいろんなものを食べたけど、おいしくないから続かないんですよね。それに比べて、おやきはチンするだけで超簡単だし、もっちもちだから大好き！もうヤミツキですね（笑）。食べ始めて2週間で6キロもヤセて、30個全部食べ終わったときには、10キロもヤセました。こんな経験、人生で初めてです（笑）。

辻綾香ちゃん
20歳／153cm
朝 昼 夜 2食おやき

親友の結婚式までに絶対ヤセたくて、1ヶ月でマイナス5キロを目標におやきを食べました。そしたら、10日くらいで達成しちゃって、結婚式のときには8キロもヤセることができたんです。細かったときに買った水色のパーティードレスも着れました!!この『もちもちダイエットおやき』は、短い期間でヤセたいと思ってる人には絶対イイし、"ここぞ"というときに使えるダイエット法ですよ。

諸積理沙ちゃん
19歳／162cm
朝 昼 夜 3食おやき

付き合って2年になるカレがいるんですけど、付き合った頃より8キロも太っちゃってたんです。カレは何も言わなかったけど、昔の写真見るたびになんか申し訳なく思えちゃうんですよね。それで、こっそりおやきダイエットを始めたら、2週間くらい経ったときにカレが嬉しそうに「最近キレイになったね」って言ってくれたんです!!もうめちゃめちゃハッピーでした!!もっといい女になります!!

口コミで話題!! 「おやき」でこんなにヤセました!!

初めて彼氏ができました！幸せです！

63.6kg ▶ 47.5kg
ヶ週間で −16.1kg
香山麻衣ちゃん
21歳／164cm

ストレスなしの1ヶ月でした!!夏休みの間にヤセたから、学校の友達から「イメチェン?」とか言われて恥ずかしかったけど、カワイイ服も選べるようになってオシャレもできるし、いいコトばっかり♪それに、初めて彼氏もできました！高校時代に憧れてた部活のセンパイから告白されて付き合い始めました。私、今すっごい幸せです!!

みんなお昼はおやきを食べてます！

52.1kg ▶ 45.7kg
2週間で −6.4kg
滝沢紗枝美ちゃん
22歳／160cm

ヤセたら、カワイイ服とかいっぱいあるから、オシャレするのが楽しくなりました！先月くらいからトモダチもみんなお昼はおやき食べてて、ヤセたって言ってるし（笑）。おやきって初めて食べたけど、美味しいのに超カラダにいいってのが、すごいですよね!?これからもいっぱい食べて、いっぱいヤセます!!

全国各地からお手紙・メールが届いています！

- 今年の夏、−10キロ達成したので初めて水着を買いました！（未来ちゃん／21歳）
- 同窓会に間に合いました!!「キレイ!!」って言われましたよ!!（彩さん／27歳）
- 11号から9号にサイズダウン！まだまだヤセてる途中です！（ネコちゃん／22歳）
- 下腹部のお肉がスッキリしました。感謝しております。（K.Mさん／36歳）
- 食べ始めて1ヶ月もしないうちにヤセ体質になりました。（ナオコさん／28歳）

Q&A 『もちもちダイエットおやき』の疑問を全て解決！

Q いつ食べればいいの？
通常の食事の替わりにお召し上がりください。1食おやきに置き換えるだけでも、数日で十分な効果を実感することができます。

Q どれくらいヤセるの？
多少の個人差はございますが、30日間のモニターテストで6割の方が6キロ以上痩せ、9割以上の方が3日以内に痩せ始めました。

Q どうやって食べるの？
瞬間冷凍にて、素材の旨味を閉じ込めていますので、お召し上がりの際に電子レンジ等で温めて、作りたての味をお楽しみください。

『もちもちダイエットおやき』のご購入はこちら！

野菜カレー 143kcal
ねぎみそ 141kcal
黒あん 148kcal
野沢菜 127kcal
きんぴらごぼう 132kcal
きのこ 121kcal

要冷凍 1セット（30個入り）

1セット【30個】	4,500円（税込）	
2セット【60個】	8,400円（税込）	600円お得！
3セット【90個】	11,700円（税込）	1,800円お得！

4セット以上のご購入は、一律「3,600円（税込）×セット数」となります

0120-177-560

24時間・土日祝日も営業
携帯・PHSからもOKだよ

携帯サイト http://www.mochioyaki.com/mdo02/m/
インターネット http://www.mochioyaki.com/mdo02/
Eメール order@mochioyaki.com
FAX 0120-177-561

おハガキでのお申し込み▶

・氏名（フリガナ）
・〒ご自宅住所（フリガナ）
・ご自宅の電話番号
・商品お届け先〒住所、TEL（※ご自宅の場合は省略）
・E-mailアドレス（お持ちの方）
・生年月日（18才未満の方は保護者氏名と印鑑）
・商品名「もちもちダイエットおやき」
・セット数
・配送ご希望日 月 日
・広告コード 260-A911

〒138-8790 健康生活「もちもちダイエットおやき」260・A911係

ご注意
クール冷凍便でのお届けのため、ご注文日より1週間以降で「確実にお受け取りいただける日」をご指定ください。
また、到着後はすぐに冷凍庫で保存してください。

広告コード 260・A911 ※ご注文時にお申し付けください。

お客様相談室 0120-111-313【月〜金10:00〜18:00（土日祝・休）】

●お届けは1週間前後となります。（混雑時は多少遅れる場合がございます）●送料：630円（クール冷凍便）●お支払方法は受け取り時の代金引換となります。※各種クレジットカード・デビットカードも利用可※詳しくはオペレーターまでお問い合わせ下さい。●商品をご注文頂いた場合、新商品情報のご案内をさせて頂く場合がございます。●素材の仕入れ状況によりお届けが遅れる場合がございます。予めご了承下さい。●中の具は季節により変わることがございますので、予めご了承ください。●株式会社 健康生活 〒382-0041 長野県須坂市大字米持字木瓜原174番地1

DY2-0908

ストレス リバウンド なし!

激ヤセする1個150kcal以下の伝統食「おやき」

3日以内に93%がヤセた!
※当社調べ

45.8kg

体脂肪	31.3%	20.5%
ウエスト	82.1cm	59.2cm
ヒップ	98.0cm	86.2cm
太もも	59.8cm	42.9cm

樋口桃子ちゃん 朝 昼 夜 3食おやき
24歳/160cm

私、太りやすい体質だったから、ダイエットするのはあきらめてたんです。サプリとかいろいろ飲んでも、全然ヤセないから、イライラしちゃって…。なのに、『もちもちダイエットおやき』は、ストレスがないんです。おいしいし、こんなにお腹いっぱい食べてもいいのって感じで。3日目でウエストが細くなってるのがわかったときは、嬉しくって友達に写メを送っちゃいました(笑)。最初は5キロくらいヤセたらなぁ〜って思ってたんですけど、普通におやきを食べてただけで20キロもヤセたんですよ!もう自分が一番ビックリしてます。ホント、この2ヶ月で人生が変わりました!!

1個150kcal以下で激やせダイエット!
話題沸騰の『もちもちダイエットおやき』

「ストレスがない」「リバウンドもしない」とリピーターが続出している『もちもちダイエットおやき』。ダイエットの常識を変えたこのおやきは、1食を置き換えるだけで、なんと93%※当社調べが10キロ以上もの減量に成功しました!さらに、栄養バランスもバッチリなので、必要な栄養は1個で十分!サプリでは効果がなかったという方も、これなら、着実に「憧れのスリムボディ」になれます!!

ストレスを溜めずにダイエットできます

高橋洋子

『おやき』がダイエット食品として認められた理由としまして、「ボリューム」「味に飽きない」「おいしい」の3つが挙げられます。ダイエット中に感じるストレスは、効果が出ないだけでなく、リバウンドも引き起こしてしまうのです。従いまして、満腹感が得られる『おやき』は、ストレスを感じることなく、短期間で無理のないダイエットができるのです。

ヘルシーフード おやきは現代人に適したダイエット食

「おやき」とは、信州の郷土料理のひとつで、野菜やお肉などの具(あん)を小麦粉の生地で包み、蒸して焼いたヘルシーフードです。その歴史は古く、縄文時代から存在していたともいわれています。さらに調理法は各家庭によって異なり、それぞれが独自に受け継がれてきました。健康志向が高まり、低カロリーな食品が見直されている現代において、「おやき」は私たちに適したダイエット食なのです。

ストレスなしで"激ヤセ"させた4大要素!!

消費カロリー 1食を置き換えて500kcal※当社調べ節約!

一般女性の1食の平均摂取カロリーは600〜700キロカロリー。これを消費するには、ジョギングに換算すると、およそ90分の運動量が必要です。ところが、1食を『もちもちダイエットおやき』に置き換えることで、500キロカロリー※当社調べほど"節約"され、日常の動作だけでも十分に消費することができるのです。その結果、リバウンドなしのダイエットが実現しました。

●500kcal相当の運動量

水泳	29分
ジョギング	1時間4分
エアロビクス	2時間1分
ヨガ	2時間32分
自転車	2時間48分

カロリー検証 おやき1個を他の食事に例えると?

カツ丼	1/7杯
オムライス	1/6皿
カレーライス	1/5皿
ピザ	1/4枚
肉まん(大)	1/3個
バニラアイス	1/2カップ

※当社調べ

豊富な種類 厳選した6つの味へのこだわり

『もちもちダイエットおやき』の具は、大自然に囲まれた信州地方の食材をふんだんに取り入れています。さらにダイエット食にありがちな均一的な味ではなく、バリエーションも豊富。全6種類は、若い女性の間で行われた試食会で「おいしい」「満腹になる」と多くの支持を得ており、ダイエット中でも食欲が満たされるので、ストレスを感じることがありません。

独特の食感 "もちもち生地"へのこだわり

『もちもちダイエットおやき』の具は、信州地方のおばあちゃんたちの手によって昔ながらの調理法で作られています。そして、生地にはスイーツによく使われるタピオカの粉を練りこむことにより、外はカリカリ、中はモチモチの食感に仕上げました。もっちりとした生地は、より具との相性も良くなり、特にきのこや野沢菜との相性は抜群です。

※タピオカの粉

モニターテスト 93.7%の女性が3日以内にヤセました!
※当社調べ

●置き換え回数別の平均減量値

置き換えた回数	平均減量値
1食(夜のみ)	-3.7kg
2食(朝・夜)	-6.7kg
3食	-9.8kg

※モニター期間:30日

モニターテスト概要 ○モニター数:63名(平均年齢25.2歳) ○選抜基準:体脂肪率30%以上で、過去に疾病・疾患がない方 ○測定方法:…おやきを食べてもらい、モニター開始日より毎日身体測定を実施し、体重・ウエスト・ヒップ・体脂肪率を計測。テスト終了後に、300字程度の体験談を提出

蝴蝶网 udie.com
杂志迷 zazhimi.com

大きさ　バランス　ハリ　ツヤ　黒ずみ

バストの悩みを完全解消！

巨乳になる!!

4週間で +9.7cm 4 size up

A cup 77.5cm → E cup 87.2cm

「ラヴアップ」で人生変わったよ。自分の体じゃないみたい！

蝴蝶网 hudie.com

A cup 使用前

中学の頃からずっとペチャパイで悩んでて、牛乳飲んだり、マッサージしたり色々試したんだけど、全然大きくならないの。「ラヴアップ」で大きくなること期待してます！

トップ	77.5cm
アンダー	67.8cm

もともと貧乳で悩んでいた如月さん。バストに膨らみどころかハリも全くありませんね。乳腺の発達不足と脂肪細胞が非常に少ない状態なのが分かります。

B cup 1週間使用

使い始めて2日目でオッパイにすっごいハリが出てきたのが分かったんです！それに生まれて初めての谷間がちょっとだけできはじめたんです！これはマジで期待できそう！

トップ	78.9cm
アンダー	67.8cm

1週間目はバイオバスチルとアルガンオイルの効果で常にバストにハリを感じている状態です。脂肪細胞に直接働きかけているので、着実にバストアップしています。

C cup 2週間使用

2週間でCカップになったんだけど、今まで着けてたブラが小さくて苦しいんですよね。常にオッパイが張ってる感あるし、こんな経験はないから逆に超うれしいんですけど

トップ	82.1cm
アンダー	67.7cm

2週間目はプエラリア、ボルフィリンなどのホルモン様物質の効果で乳腺が発達し、脂肪細胞が増殖した結果、ハリのある綺麗なCカップになりましたね。

D cup 3週間使用

「ラヴアップ」ってホントにすごいですね。もうDカップになっちゃいました。これでも満足なんですけど、どうせならもう1カップ上目指して頑張ってみまーす！

トップ	84.5cm
アンダー	67.6cm

わずか3週間の使用でDカップの上向きバストに変化しました。弾力のある巨乳バストでご本人も生まれてはじめてバストの重みを感じるようになったようです。

E cup 4週間使用

トップ	87.2cm
アンダー	67.6cm

如月夕菜ちゃん〈20歳〉

まじビックリ！結局「ラブアップ」を使って4週間でEカップにまで成長しました！ママも小さいし遺伝だからもうどうしようもないって思ってたけど、諦めなくてホント良かった〜！簡単だったし、こんな短期間で理想以上の美巨乳にしてくれた「ラブアップ」にはホント感謝してます！ありがとうございました。

如月さん、理想のバストになることができてよかったですね。「ラヴアップ」を使用すれば理想のバストになれるという事を裏付けてくれましたね。これだけ素晴らしい商品ですので、一人でも多くの方に使っていただき、コンプレックスを解消していただきたいと心から願います。

4週間で +7.3cm 3 size up

A cup 78.2cm → D cup 85.5cm

理想の彼氏までGETしちゃいました！

矢部かおりちゃん〈19歳〉

胸が小さいことがずっと悩みでした。好きな人ができて告っても、「胸の小さいコは興味ないんだよね」ってフラれるし、合コンに行っても貧乳の私は全然相手にされない・・・。恥ずかしくて誰にも相談できずにいた時、使い始めたのが「ラヴアップ」でした。そしたら、今まで何をしても変わらなかった胸が1週間で1サイズアップしていたんです！効果を実感し使い続けると、4週間後には3サイズアップのDカップになりました！それからはナンパはされるし合コンでもモテモテで、理想の彼氏までGETしちゃいました！『ラヴアップ』には本当感謝してます！

トップ	78.2cm→85.5cm
アンダー	68.4cm→68.4cm

4週間で +9.1cm 4 size up

B cup 80.2cm → F cup 89.3cm

バストアップして毎日が楽しくなりました！

木村　彩ちゃん〈18歳〉

中学生の頃から小さい胸がコンプレックスで、男の子には「確実に俺らより小さいでしょ」なんて言われいつもバカにされてました。悔しくて大きくしようと今まで色々試しましたが、結局どれも効果はなく、もうムリかもって諦めかけてたんです。そんな時、友達から「ラヴアップ」の事を聞き、最後のチャンスと思い使ってみる事にしたんです。すると塗ってから日に日にブラがきつく感じるようになり、明らかに胸が膨らんでいるのを実感し、4週間後にはなんとBカップから憧れのFカップになったんです！しかも使うのをやめても大きさを維持できてるんです。大きくなったおかげで急にモテる様にもなったしホント毎日が楽しくなりました！

トップ	80.2cm→89.3cm
アンダー	68.1cm→68.0cm

4週間で +6.4cm 3 size up

A cup 78.5cm → D cup 84.9cm

杂志迷 zazhimi

井上里美ちゃん〈19歳〉

Dカップになって肌までキレイに！

超貧乳のせいで、やっと付き合えたカレシにすぐフラれたんです。悔しさと怒りから「絶対後悔させてやる」と決めた時出会ったのが「ラヴアップ」で、4週間続けたらAカップしかなかった胸がDカップの84.9cmに！肌までキレイになって、その後元カレに「また付き合いたい」ってコクられたけど、ソッコーでフッてやりました〜（笑）。

トップ	78.5cm→84.9cm	アンダー	69.6cm→69.4cm

4週間で +10.0cm 4 size up

AA cup 74.1cm → D cup 84.1cm

佐藤未歩ちゃん〈21歳〉

悩みを解決してくれて感謝してます！

塗ってこんな簡単にバストアップするなんて本当にビックリ！前まで悩んでて、本気で豊胸手術も考えたけど、手術は怖くてできませんでした。そんな時友達に教えてもらったのが「ラヴアップ」で、74.1cmのAAカップしかなかったバストがどんどん大きくなり、たったの4週間で84.1cmのDカップにまで大きくなったんだよ！

トップ	74.1cm→84.1cm	アンダー	66.7cm→66.8cm

4週間で +8.2cm 3 size up

B cup 77.1cm → E cup 85.3cm

中島幸子ちゃん〈22歳〉

オシャレを楽しめるようになったよ！

今まで色んなサプリメントや器具を使ってみたけど全然効果がなくて…。だから「ラヴアップ」はダメ元で使い始めたんだけど、塗って1週間位でハリが出てきて、「これヤバイ！」と思い使い続けたら、4週間で85.3cmのEカップになって、バランスの良い巨乳を手に入れることができたんだ！谷間もできたから、オシャレを超楽しんでるよ！

トップ	77.1cm→85.3cm	アンダー	65.5cm→65.5cm

限定300本！ モニター成功率98.2%！ 副作用心配なし！ ※当社調べ

塗る豊胸術であなたも

簡単・着実・即効で大きく美しい理想のバストに！塗って4週間で4サイズアップを実現！ ※当社調べ

初回販売15000本をわずか5日間で即完売※し、2回目特別販売の300本をわずか5分で完売させた※大ヒット商品「ラヴアップ」。脂肪細胞を増殖させるという、今まで不可能だった効果で驚きのバストアップを実現し、瞬く間に大注目され、メディアをにぎわせたのも記憶に新しいですね。この度当社では、再販売を願うお客様の声にお答えして、最終販売をすることになりました。すでに様々なメディアをはじめ、芸能事務所などから注文が殺到しているため、限定300本ではありますが、商品の販売をいたします。直接バストに塗ることで簡単に2～4サイズアップ＊する「ラヴアップ」であなたもすぐに劇的に大きなバストを手に入れられる！ ※（2008.12月現在） ＊当社調べ

美容研究家・健康管理士 根岸 恵利香 先生

バストを着実に増大させ、サイズを維持する事ができる優れた美容液です。

バストを大きくする方法は様々です。しかし、様々な理由から豊胸手術に不安を抱えている方は多いことでしょう。また、他の方法で一時的にバストアップしたとしてもサイズを維持することがなかなかできません。しかしこの「ラヴアップ」はバストに直接塗ることで浸透させ、有効成分をダイレクトにバストに伝えることでバストを再び成長させることができます。細胞そのものを発達させ、更にホルモンの分泌を活発にし、増大させるので、着実なバストアップができるのです。また、サイズダウンする事なくバストを維持できるので、戻ってしまう心配もないのですね。「ラヴアップ」は私が出会ったバストアップ商品のなかでも極めて優れたバストアップ美容液と言えるでしょう。

「ラヴアップ」使用によるバストアップの様子

バストの表面から「ラヴアップ」の成分が浸透することで、脂肪細胞に直接作用し、増殖しますので、通常のバストアップ美容液とは違い大幅なバストアップを可能にしたのです。加えて、「ラヴアップ」は乳腺にも直接働きかけます。乳腺はホルモン分泌が増えることにより発達します。乳腺が発達し、バストの元となる脂肪細胞を作り出すことで更にバストが大きくなるのです。

マンモグラフィによるバスト増大の様子

直接塗ることで乳腺が発達し、脂肪細胞が増えることでバストが成長するのです。

「ラヴアップ」使用後の脂肪細胞増殖の様子

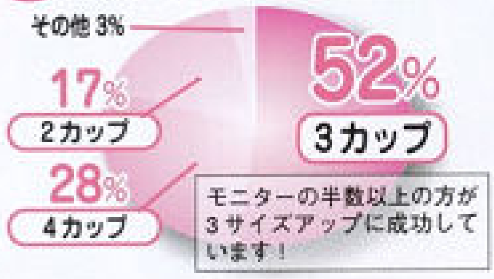
使用前と使用後を比べると明らかに脂肪細胞が増殖しているのが分かります。

「ラブアップ」の絶大な効果でバストアップに成功したモニターを徹底分析！ ※調査期間：2009年6月～8月

Q 使用してから何日目で効果を実感しましたか？

9割の方が7日以内に効果を実感し、その即効性が実証されました！

Q 使用してどのくらいサイズアップしましたか？



モニターの半数以上の方が3サイズアップに成功しています！

Q バストアップした事で何か変わりましたか？ ※一部抜粋

- [illegible]（えみ・21歳）
- 夢だったグラビアモデルになれた！（かな・18歳）
- とにかくモテるようになったの！（みほ・20歳）
- どんな服でも似合うようになった！（さおり・24歳）
- 自信がついて性格が明るくなった！（みっきー・19歳）
- 悩みがなくなって毎日が充実してます！（さち・22歳）

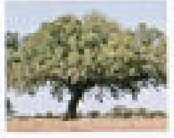
モニターのみなさん、ご協力ありがとうございました。

「ラヴアップ」だけの驚くべき強力バストアップ成分

フランス特許成分 「バイオバスチル」の驚きの効果！（特許番号：FR2668365,WO0143701）

美容大国フランスの特許成分「バイオバスチル」は皮膚の弾性と引き締めに強力な効果のある成分です。バストの発育に必要不可欠なコラーゲンやエラスチンの合成増殖効果が高いことが分かっています。研究機関による調査ではバイオバスチル含有クリームを塗布したモニター全ての人に効果が出たという報告も受けています。従来は脂肪細胞増殖が不可能だった為、豊胸手術しか方法がなかったのですが、「ラヴアップ」は塗ることで短期間バストアップを可能にしました。

業界最高級成分 「アルガンオイル」配合でバストにハリと潤いを。



モロッコにしか生育しない、植物から取れるオイルで、アルガンツリー100kgから1kgしか摂取することが出来ない希少成分。そのバスト増大効果は使用すると血流と代謝を促進し、ハリのある上向きバストに変えてくれます。

特許成分「ボルフィリン」

特許成分でもあるボルフィリンは、脂肪細胞増殖効果があり、バストに塗布することで直接浸透して、脂肪注入並みの強い脂肪細胞増殖効果で着実なバストアップができます。

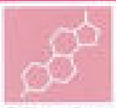
「プエラリアミリフィカ」

主にタイなどで採れる植物で、バストの発育に欠かせないエストロゲンと呼ばれる女性ホルモン様物質を多く含んでいる、優れたバストアップ成分のひとつです。

「ワイルドヤム」

メキシコを原産とする植物で、主成分ジオゲニンという物質が体内でエストロゲンに変換されます。その効果は、プエラリアの数十倍とも言われている、希少成分のひとつです。

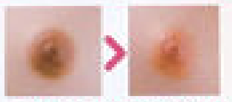
「エチニルエストラジオール」



女性ホルモンであるエストラジオールの誘導体です。ホルモン療法としても使用する成分ですのでバストに塗布することで強力なバストアップ効果を促します。

「つやつや美肌＆美白効果」

アテロコラーゲンが肌を保湿、美肌にし、クロレラエキスが肌の若返りを促進、潤いのあるプルプルバストに。更にカッコンエキス、褐藻エキスの美白効果で乳首や乳輪の黒ずみを綺麗なピンク色に変化させてくれます。



黒ずんでいた乳首がこんなにピンクに！

「ラヴアップ」のご注文はコチラから 24時間年中無休 全額返金保証有り

限定数300本となりますのでお早めにご注文ください。

●電話から注文 携帯・PHSも可。
フリーダイヤル 24時間年中無休・オペレーターがご案内いたします。
0120-51-3353

●FAX・ハガキから注文
フリーダイヤル 0120-80-8238
〒104-0061東京都中央区銀座1-15-7 マック銀座ビル3Fストリーム まで
下記項目を記入し、送信・投函して下さい。
[1]氏名（フリガナ）[2]〒住所 [3]お電話番号 [4]生年月日 [5]職業 [6]商品名 [7]注文数量 [8]広告番号 [9]保護者名・印鑑 ※18歳未満の方のみ

●PCサイトから注文
http://www.streamshop.jp

●携帯サイトから注文
http://www.stream.vc
QRコードで簡単アクセス！

特別価格期間2009.12月末まで
- 1本 通常価格￥12,600（税込）→特別価格￥7,980（税込）
- 2本 通常価格￥25,200（税込）→特別価格￥14,490（税込）
- 3本 通常価格￥37,800（税込）→特別価格￥18,900（税込）

広告番号 1233-3

【商品のお届け】ご注文いただいた商品のお届けには送料630円（税込）が別途必要です。尚、商品のお届けはご注文いただいてから7日前後です。お急ぎの場合はお電話にてお申しつけ下さい。【お支払い方法】お支払いは大変便利な代金引換となり、手数料は当社が負担致します。また代金のお支払い方法は、現金の他、クレジットカード決済、デビットカード決済もご利用頂けます。【返品について】商品が到着してから8日間以内の返品は受付しております。尚、開封後の返品は受付しておりませんのでご了承下さい。返送料はお客様のご負担でお願いしております。【18才未満の方】18才未満の方は保護者の方の同意を得た上でご注文下さい。※効果には個人差があります。

Stream ストリーム 〒104-0061 東京都中央区銀座1-15-7 マック銀座ビル3F

※モニターのデータ・意見はあくまでも個人的なものであり、効果・効能を保証するものではありません。

日記
オススメ日記
LOVE CAFE
どんどん書いて気になる人に
気軽にコメント残しちゃおー
新感覚出会いコミュニティ！
なんと会員数300万人突破!!
どこにもない、ここにしかない
イメージキャラクター
ラブちゃん
©PCMAX
〜んぶ無料で遊び放題!!
1分に1人が登録中!!
み〜んなやってる♪
PC☆MAX
docomo au SoftBank 対応
http://pcmax.jp/zzbi
公安委員会届出済み2008年12月1日より公安委員会への届出制が義務化になりました。届出がないサイトは違法サイトの可能性がありますのでご注意ください。
18歳未満の方のご利用は固くお断りします。公序良俗違反、売春及び金銭的利害の発生、未成年に悪影響があるもの各種法令違反その他オペレーターが不適切と判断したものはサービスが受けられなくなる場合があります。パケット料金は別途かかります。利用規約をご確認の上ご利用ください。株式会社マックス 住所:東京都新宿区新宿5-10

投稿写メ
盛り写メで目指せ！ランキング上位!!
グランプリ
ゆきぃチャン
ウチは自然光派！自販機の横も盛れてオススメ〜
盛りの極意を教えるよッ★
なんと！有名モデル
姫ギャルりんちゃんが
ナビゲーター!!
りぼチャン
「かわいい」なんていわれるとうれしくなっちゃう！
話題沸騰!! 大人気の投稿写メで目立っちゃおー!!
カテゴリを選んで写メったら投稿するだけだから超簡単♪
投票されると超アガる♪詳しくはサイト内にて★
掲示板
プロフ画面も盛れる！
ワガママ検索もデキる
好みのタイプを探そ★
写真掲示板
掲示板で募集
条件を変えて検索
新人さん検索
地域・年齢・タイプ…なんといっても写メで検索できるからイケメン探しにもピッタリ★
友達から恋人まですぐデキる♪
ゲーム 占い
日本全国に広がるpcmaxの輪！このTシャツが目印！
GAME MAX
今日の星座ランキング
さそり座
しし座
おうし座
みずがめ座
アクションから脳トレ系まで超豊富な最新ゲームや当たると評判の占いがぜ〜んぶ無料で遊び放題!
コミック
LOVEEQUALHAPPENING
「ライラックの花言葉」
「PERSONA」
ハマる事必死の超人気漫画がいつでもどこでも読み放題!! 漫画喫茶に行くよりお得★
投稿動画
おもしろ動画満載!!
いろんな人がいるよっ
自己紹介
検索結果/新着順表示
自己紹介から爆笑モノから大胆♥なモノまでクリアな画質で見放題!!
デコメ
メールを可愛くデコろう♪
色んなデコメがいっぱい
りんちゃんデコメも!!
超〜かわいいデコメが全部取り放題!! デコメサイトを圧倒〜!!
じゃんじゃん集めて送って友達に自慢しちゃってね〜★
ケータイひとつでぜ〜
日本一広告活動に力をいれてるサイトです!!
カフェ
ラブカフェ第二弾を秋葉原にオープン!! 遊びにきてね★
トラック
全国でバンバン走りまくり!! 見ると幸せになるかも!?
配布祭
ティッシュやウチワ、爪やすりまでグッズでアピール★
24時間無休有人対応でのサポートを完備しております。
03-3350-3568
support@pcmax.jp

空前の大ブーム！ついに登場した短足子猫の写真集！

ころころ マンチカン

猫のダックスフンド？

小川晃代　著　A5変型判／定価:本体1,100円+税

短い足が特徴で、好奇心旺盛！
また、社交的で甘えんぼうさん♪
とってもキュートな猫ちゃんです♥

←この表紙が目印

全国の書店で大絶賛発売中

書店にない場合は、店頭でご注文いただくか、
下記のぶんか社出版営業部へお問い合わせください。

〒102-8407 東京都千代田区一番町29-6
TEL:出版営業部 03-3222-5115／編集部 03-3222-5125

ぶんか社 BUNKASHA

zazhimi.com
蝴蝶网 hudie.com

ここなら!!
探していたモノが手に入る！
Spicy Dessert
スパイシー・デザート
スパイシーデザート
検索
HOLLISTER Co
AIX
TOMMY HILFIGER
Abercrombie &Fitch
POLO
しかも格安でご提供！
超かわいいオリジナル小物&雑貨類も充実の品揃え
ネットで
海外流行アイテムを簡単GET!!
03-3809-3144

ブランド Bargain11月号

全国のコンビニ、書店でお買い求め下さい!!

好評発売中!!　特別定価 390 円

発行・発売：株式会社海王社

海王社　〒102-8405　東京都千代田区一番町 29-6
TEL.03-3222-3744　FAX.03-3222-3679

編集・広告：新アポロ出版株式会社

〒102-8405　東京都千代田区一番町 29-6
TEL.03-3222-5325（編集）TEL.03-3222-5322（広告）

会員数400万人突破!
※当社調べ
女の子に優しい・嬉しい・安心のサイトだから好みの男性に簡単に出会えちゃう!!
素敵なヒトがイッパイ♪
地域検索できるから
近場で出会えちゃう!
全国47都道府県の「市」「郡」まで検索がテキるから近場でステキなカレに出会えちゃう!
イッパイの書き込みから
好みのオトコを探せる!
「メル友募集」「恋人募集・合コン」など、秒単位で更新される掲示板からあなたのワガママかなえちゃう!
コダワリの検索で
理想のカレに会える!
相手のプロフィールから年齢・スタイル・身長・血液型・地域・タイプなどあなたのコダワリに合ったイケメンを探せちゃう!
運命のカレも
今話題の最新ブランド品など超豪華プレゼントを毎月更新♪
み〜んなまとめてGETできる!!
毎月抽選30名様に当たる!!
豪華プレゼントも
プレゼントキャンペーン中
秋一番! ブランドフェスティバル!!
(キャンペーンは10/31まで)
NEW1
自由にコーディネート
無料 アバター
あなただけのオリジナルアバターで人気者になろう♪
NEW2
日記から始まる恋愛も!!
無料 日記
気に入った男性の日記を毎日チェックして恋愛を始めよう♪
もっと出会いが楽しくなる新コンテンツ登場!
NEW3
趣味の合うカレが見つかる!
無料 サークルコミュニティ
好きな話題で皆とワイワイ騒いじゃお♪
NEW4
盛上り度は満点!!
動画
自慢の動画を投稿して盛り上げよう♪
メル友優良サイト
女性完全無料
http://194964.com/1021
大好評!その他特典多数! 楽しい無料コンテンツもイッパイ!
無料 着うた(R)
着うた(R)を無料でダウンロード
無料ゲームで遊んじゃおう
無料 フラッシュゲーム
無料 神秘のタロット占い
ケルト十字法
ピラミッド占い
クエスチョン&アンサー占い
無料サンプルダウンロードで読みつくしちゃえ
ケータイコミック
登録はカンタン!!
メールアドレス非公開だから安心♥
iモード Yahoo!ケータイ EZweb
携帯電話インターネットサイ
イクヨクルヨドットコ
お問合せ 078-252-666
http://194964.com/1021 を入力して接続
案内に従って 登録メールを送信
届いたメールのURLに アクセスすれば
●ご利用前に必ず利用規約をお読み下さい。●公序良俗違反、売買及び金銭的利害の発生、プライバシーの侵害、未成年に悪影響のあるもの、各種法令違反、
スが受けられなくなる場合があります。●当サービスはi-mode・Yahooケータイ・EZwebを利用しておりますのでダイヤルQ2・伝言ダイヤルなどとは異なります。●当
いかなる責任も負いかねます。●パケット通信料は別途かかります。●18歳未満の方はご利用になれません。

2週間で-4.9kg! 2ヶ月で-19.6kg!

(※当社調べ)

安心の全額返金保証制度付き!

サプリを馬鹿にしてスイマセン!(笑)

使用期間 2週間

瀬和美チャン 158cm/17歳

し痩せてもすぐリバウンドしゃって、なかなか体重を維持することができなかったんだ↓そん時、友達が『ユース』を勧めてれたの。サプリなんて絶対に効ないって初めは断固拒否してただ。でもそのコがあまりにも勧るから試しに飲んでみたら、日日に顔がシャープになってくのわかって2週間で楽勝の－4.9kg!まめる位あったお腹の肉もなくってクビレも出来たし、短期間こんなにヤセたから本当ビックしちゃった★サプリを馬鹿にしスイマセンって感じ!(笑)

使用前 45.0kg → 使用後 40.1kg

	バスト	ウエスト	ヒップ
用前	82.5cm	62.1cm	87.6cm
用後	82.6cm	57.0cm	83.4cm
tal	+0.1cm	-5.1cm	-4.2cm

total -4.9kg

3週間で楽々マイナス7.4kg♪

使用期間 3週間

大脇さやかチャン 156cm/17歳

学校に行こうと思って制服を着たらスカートのホックが閉まんなくて超焦ったの。その日からダイエットしようって決めたんだけど、意志が弱い私は初日から友達とバイキング↓もうすぐ好きな人と初デートなのに～って友達に泣きついたらコレ飲めばいいじゃん!って『ユース』を教えてくれたんだ。速攻飲んでみたんだけど『ユース』はヤバイ!食事を減らしたり運動もしてないのにスカートがゆるゆる!3週間後には38.8kgまで落ちて初デートに間に合ったの!大げさだけどこんな短期間で－7.4kgはマジ奇跡!友達にも『ユース』にも大感謝だよ～!おかげでコクったらあっさりOKもらっちゃった♪

使用前 46.2kg → 使用後 38.8kg

	バスト	ウエスト	ヒップ
使用前	85.3cm	64.7cm	88.4cm
使用後	85.5cm	56.2cm	82.3cm
total	+0.2cm	-8.5cm	-6.1cm

total -7.4kg

使用前 52.4kg → 使用後 42.6kg

total -9.8kg

痩せてミスコン優勝なんて夢みたい!

使用期間 1ヶ月

白田彩香チャン 162cm/18歳

痩せたら絶対かわいいよ!ってみんなに言われて友達に勧められたのが『ユース』のモニタリングを始めたきっかけ♪飲む前は二の腕も脚もパンパンのぽっちゃり系。でも半身浴、運動、断食とか色んなダイエットをしても痩せられなかった私が1ヶ月で－9.8kgヤセに成功!しかも文化祭のミスコンで優勝した時にはホント飲んでよかったって思ったよ!42.6kgになってウエストもめちゃくちゃ細くなったし、二の腕と太ももがキュッと引き締まったからどの服を着ても似合うし、やっぱり女の子はスタイルいい方が100倍カワイく見えるよね!

	バスト	ウエスト	ヒップ
使用前	81.9cm	68.4cm	90.1cm
使用後	82.1cm	58.3cm	82.6cm
total	+0.2cm	-10.1cm	-7.5cm

使用前 62.8kg → 使用後 43.2kg

total -19.6kg

私が学校を『ユース』ブームにしたよ♪

使用期間 2ヶ月

関根昭江チャン 164cm/18歳

私の仲いい友達はみんなヤセてるのに私だけデブで浮いてたんだ。下半身デブだからスカートを短くしてもカナリダサくて最悪。私もヤセてカワイくなりたいって思ってご飯を抜いたり学校が終わってからジョギングしてみたけど、全然ヤセない。やっぱり元から太ってるし、そんな簡単にヤセられないか…って諦めてた時『ユース』を知ったんだ。少しでもヤセたくて飲んでみたら気にしてた下半身がスッキリしていくのがわかって、2ヶ月後には－19.6kgも減ってたの!ヤセた後もリバウンドないし、みんなに超変わった!って言われちゃったぁ♪噂が超広まって今じゃ私の学校は『ユース』ブームだよ!(笑)

	バスト	ウエスト	ヒップ
使用前	83.6cm	72.5cm	91.8cm
使用後	83.7cm	59.1cm	81.5cm
total	+0.1cm	-13.4cm	-10.3cm

Yoouthを使用したモニターの女の子にアンケート!

モニタリング実施期間:2008.8/10~10/10

Q 自分の目標体重まで痩せる事ができた?

A できた!93%

Q 「ユース」を飲んでどこに一番変化が表れた?痩せて良かったことは?

A (複数回答可)

- ウエスト 98% 制服のスカートが超ユルくなった!
- 脚 96% 脚が細くなって長く見える!
- 二の腕 94% 好きな人と腕組んだ時女の子らしいねって言われた☆
- 顔 91% 小顔になってメイクが超楽しい♪

Q あなたの思うJK 3大条件は?

A スタイルがいい! かわいい! センスがいい!

使用前 48.5kg → 使用後 42.3kg -6.2kg

使用期間3週間

金泉紗恵子チャン 163cm/18歳

「ユース」の作用はハンパない!3週間で－6.2キロヤセた時はホントびっくりした!だって部活で体を動かしても便通が超悪かったのに、「ユース」を飲んでから便秘が良くなって毎日体重が面白い位減ってったんだもん!お腹周りもスッキリして小顔になったし、マジ最高～!!

使用前 50.3kg → 使用後 40.7kg -9.6kg

使用期間1ヶ月

小林あきチャン 160cm/18歳

50kgオーバーしてた私は特に脚が太いのがコンプレックスだったから、みんなみたく制服のスカートも短く出来なかったんだ↓でも「ユース」を飲んで人生が変わったの!おおげさだって思うかもしれないけど、自慢できるくらい脚が細くなったしヤセてから毎日がめっちゃ楽しいよ～!

Yoouthのご注文方法はコチラから 24時間年中無休で受付中!

22.5g (250mg×90粒) 健康補助食品

	通常価格	キャンペーン価格	
1本	¥14,500	¥7,140	¥7,360お得!
2本	¥29,000	¥13,020	¥15,980お得!
3本	¥43,500	¥17,640	¥25,860お得!

キャンペーン価格期間:2009年12月末まで ※全て税込価格です。

お電話からのお申し込み・お問い合わせ

TEL 0120-758-833

※携帯・PHSからもご利用いただけます。

FAXからのお申し込み

FAX 0120-838-855

PC・携帯サイト www.blife-com.net/

注文コード 1334-1 お申し込みの際は注文コードを忘れずに入力下さい。

おハガキからのお申し込み

50円 〒150-0043 東京都渋谷区道玄坂1-12-1 渋谷マークシティW 22F ビーライフ 1334-1 係

- 商品名(ユース)
- ご注文数量
- 氏名(フリガナ)
- 〒住所 ●ご職業
- 電話番号 ●生年月日
- メールアドレス
- ※保護者名 印

●商品のお届けはご注文より7日前後です。お急ぎの方はお電話にてお申しつけ下さい。●商品のお届けには送料630円(税込)が別途必要です。●お支払いは大変便利な代金引換となり、手数料は当社が負担致します。また金のお支払い方法は、現金の他、クレジットカード決済、デビットカード決済もご利用頂けます。●商品到着後8日間以内の返品は可能です。開封後の返品はご遠慮下さい。返送料はお客様のご負担になります。●18才満の方のご注文の場合は保護者名及び保護者印が必要となります。※商品の効果には個人差があります。ビーライフでは、個人情報保護の為に細心の注意を払い徹底した管理のもと、第三者への提供を行いません。

モニターモデルの意見やデータは、あくまでも個人的なものであり、成果を保証するものではありません。

B-Life ビーライフ 〒150-0043 東京都渋谷区道玄坂1-12-1 渋谷マークシティW22F

ダイエット成功率 93%
※当社モニター調べ

簡単！安全！着実！ 運動・食事制限・リバウンド知らず！

JKイチ押し！

新サプリ Yoouth（ユース）であなたもソッコー激ヤセ宣言！

Yoouth（ユース）で学校1のモテギャルJKになる事間違いない！

女子高生なら誰もが一度はダイエットに挑戦した事がありますよね？当社が渋谷で遊んでいた女子高生を対象にアンケートを実施したところ、「運動してもヤセない」「食事制限しても逆に太ってしまった」などほとんどの女の子がダイエットに失敗している事がわかりました。そこで当社では美容痩身研究家の三重野さおり先生の協力をもとに研究を重ねた結果、身体に負担をかけず簡単にヤセるダイエット『ユース』の開発に成功しました。今までダイエットに成功したことがない人でもこの『ユース』なら大丈夫！その驚くべき作用はモニター数値でも立証済みです！！簡単・着実・速攻ヤセを実現できるユースで抜群のスタイルを手に入れ、あなたも学校1のモテギャルJKになる事間違いない！

美容痩身研究家
三重野さおり先生

最近の女の子は痩せたいがために食事制限、ハードな運動など無理なダイエットをする傾向がありますが、かえってリバウンドや体調不良を招く原因となってしまうのです。ただ痩せればいいと間違ったダイエットをしているだけでは痩せることもできませんし、成長期の高校生にとっては身体にも非常に負担がかかってしまいます。しかしこの「ユース」は美容痩身研究家の立場である私から見ても、健康、安全面を考慮し、身体に負担をかけることなく痩せる事ができるので、現代の女の子にとって適したサプリメントだと言えるでしょう。

Yoouth（ユース）で簡単に自分の目標体重までヤセる！

1 運動しなくても 体重が落ちる！

元からある脂肪はちょっとやそっとの運動じゃなくなりません。体内に蓄積されている余分な脂肪をシトラスアランティウムが分解し、燃焼させます。また、生コーヒー豆抽出物が基礎代謝を上げる働きをするから、無理な運動をしなくても体重をドンドン減らしていきます！

2 食べても食べても 脂肪をカット！

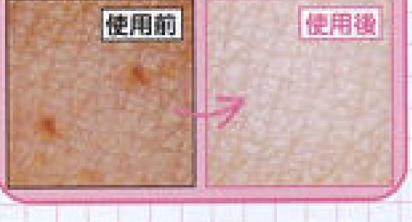
ジフ種子末・アオバナエキス・ビワ葉抽出物が炭水化物・糖質などの分解を促進させ脂肪の蓄積を抑えます。体内で摂取カロリーを大幅にカットすることで好きなモノを沢山食べても心配いりません！

3 イラナイ物を 全て出す！

サイリウムやカロリーゼロの寒天粉末が腸内に溜め込まれていた要らない物をしっかり排出し、頑固な便秘を改善！また、サイリウムには血液中の余分なコレステロールを排出する働きもあるので内側からキレイに痩せさせていきます！

4 バストアップ ツヤ肌・作用！

痩せてもバストのサイズダウンや肌がボロボロになってしまっては意味がありません。バストアップ作用のあるレッドクローバーがバストダウンを防ぎ、肌細胞の保水効果を7倍（※当社調べ）にまで高めることができるヒアロコラーゲンが身体の肌をみずみずしくします！



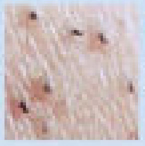
杂志 zazhi 蝴蝶网

塗ることでムダ毛の悩みを完全解消！

エステ脱毛ができる!!

実証 1回の使用でツルツル肌に！毛深い男性のすね毛まで半永久脱毛に成功！

ムダ毛の間違った処理方法により様々な危険をもたらします。



●カミソリ等による毛剃り

一時的な処理の為すぐにまた生えてきてしまい、剃った毛がどんどん太く濃くなり、ポツポツした毛穴になってしまいます。また色素沈着や炎症などの恐れがあります。

●毛抜き

毛抜きは痛みが伴い、繰り返し行うことで毛穴が広がり黒いブツブツ肌になってしまいます。さらに毛が皮膚の中で切れてしまうことで埋没毛になる可能性があります。

●レーザー脱毛

効果は得ることができますが、皮膚や毛穴への負担が大きく、産毛などの細い毛までは除去することができません。また料金が高額で何度も通う必要があり時間がかかります。

ムダ毛で悩む女性にとって適した処理法と言えるでしょう。

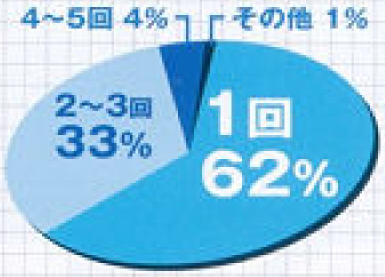
日本美容研究センター　荒木 幸恵 氏

ムダ毛の処理で悩む女性は非常に多く、また間違った方法により毛根や皮膚に多くの負担をかけてしまっています。半永久脱毛として認知されているレーザーや針による脱毛は、効果を得ることができても高額な上に時間がかかります。またカミソリ、毛抜きによる自己処理はすぐに生えてきてしまい、肌を傷つけ炎症を起こすなど様々な副作用をもたらすのです。そんな中、「エピローグ」は優れた有効成分により塗ることで毛根からムダ毛を処理することができ、数回使用することで半永久脱毛を可能としました。さらに美肌効果も得られ、費用も少なくレーザー脱毛と同等の効果がある「エピローグ」は、ムダ毛で悩む女性にとって適したの処理法と言えるでしょう。

「エピローグ」で半永久脱毛に成功したモニターを徹底調査！

調査期間2008年9月～11月まで　調査人数女性150名

Q1 使用何回目で毛が生えてこなくなりましたか？



Q2 使用してみた感想は？（複数回答可）

すぐに効果を実感できた	100%
塗るだけなので処理が簡単	98.6%
効果の持続力がスゴイ	98.3%
肌がキレイになった	96.3%
その他	93.2%

驚きの脱毛効果に大勢の方から喜びの声が！（一部抜粋）

- ムダ毛もなくなり美肌効果で全身スベスベになったんです！（22歳・学生）
- レーザーのようにお金をかけずに簡単にムダ毛の処理ができたので本当に感動しました！（26歳・会社員）
- 今では両ワキの処理は一切必要なく、ノースリーブも堂々と着れるようになりました！（20歳・フリーター）
- カミソリ負けによる肌荒れも綺麗に改善され、高い脱毛効果を実感しました。（31歳・会社員）
- 自己処理で荒れていたワキの下も、驚くほどキレイになったんです！（19歳・学生）
- ムダ毛処理の手間から逃れられ、美肌を手に入れた今ではオシャレの幅が広がりました。ありがとうございました。（34歳・自営業）
- 使って3ヶ月間経つ今でも毛が生えてこないのでとても感激しています！（23歳・OL）

今ではツルツルの綺麗な肌になりました！

●伊藤仁美さん／27才

使用部位　ワキ・腕・腹部

私は全体的に毛深いから、ムダ毛処理が大変なんです。エステに脱毛に行くお金ももったいないから、いっつもカミソリでそってました。でもカミソリだとブツブツになってすっごい汚いんです。何かいい方法がないかなあって思ってるときに「エピローグ」を知りすぐに使い始めました。こういうのってすっごい痛かったりするのかと不安だったけど、全然大丈夫でした。先々週３回目塗ったんですけど、それから毛が生えてこないんですよ！今ではツルツルの綺麗な肌になりました。本当に使ってよかった！

全く生えてこなくなりボツボツ肌も改善！

●水戸夏子さん／22才

使用部位　ワキ・脚

キャバで働いてるから、ミニワンピとかノースリーブを着る機会が多くて素肌を出すことが多いんです。脚も毛深いんだけど、特にヒドイのがワキで、キレイに剃ってもボツボツが絶対に残ってたんです。ネットで変な除毛クリームを買って塗ったんだけど全く効かなかったから、諦めて剃ってました。そんな時「エピローグ」を雑誌で見て、騙されるのは最後と思って購入しました。はじめは半永久脱毛なんてウソでしょって思ってたけど、使ってビックリ！全く生えてこなくなりました。しかもボツボツも治ったよ！

塗るだけだからホント楽に脱毛できたよ！

●大崎るみさん／19才

使用部位　ワキ・Vゾーン

彼氏がいないときは適当だったけど、今は彼氏がいるので毎日お風呂に入った時にムダ毛処理をしてました。だけど、超面倒くさいし、肌荒れするからイヤでした。もっと楽に脱毛できるものはないかと探していたときにたまたま「エピローグ」を知り、使い始めたけど調子いいですよ！毛はキレイになくなるし、毛穴も汚くならないですし。それに使い始める前と比べてお肌がキレイになってるんです。使い始めて１ヶ月で塗ってた部分の毛は生えてこなくなりました。本当にウレシイです！

友達もみんな半永久脱毛に成功しました！

●松田美和さん／24才

使用部位　脚・腕・背中

前に体験エステで脱毛に行ったんです。友達に痛いとは聞いてたけど、本当に超痛くてその日で行くのを諦めました。その後、ネットで購入した脱毛クリームも使ったんだけど、全然毛がきれいになりませんでした。そんな時エステでも使われてるって評判だった「エピローグ」を使い始めました。使って驚いたのが、ヒリヒリも全然ないし、ほんと超きれいになったんです。しかも肌も赤くならないし、逆にきれいになった気がします。友達に教えてあげたら、私の周りはみんな使ってます。友達もみんな永久脱毛成功しました！

「エピローグ」のご注文はコチラから　24時間年中無休

『エピローグ』　特別価格期間 2009年12月末まで

内容量／1本150g入り

さらに値下げ！

1本	通常価格 [illegible]	謝恩価格 ￥6,300（税込）
2本	通常価格 [illegible]	謝恩価格 ￥11,760（税込）
3本	通常価格 [illegible]	謝恩価格 ￥16,380（税込）

【商品のお届け】ご注文いただいた商品のお届けには送料630円（税込）が別途必要です。尚、商品のお届けはご注文いただいてから7日前後です。お急ぎの場合はお電話にてお申しつけ下さい。【お支払い方法】お支払いは大変便利な代金引換となり、手数料は当社が負担致します。また代金のお支払い方法は、現金の他、クレジットカード決済、デビットカード決済もご利用頂けます。【返品について】商品が到着してから8日間以内の返品は受付しております。尚、開封後の返品は受付しておりませんのでご了承下さい。返送料はお客様のご負担でお願いしております。【18才未満の方】18才未満の方は保護者の方の同意を得た上でご注文下さい。※効果には個人差があります。

お電話でのご注文・お問合せ　24時間年中無休　携帯電話、PHSからもご利用になれます。

0120-51-3353

●PCまたは携帯電話でアクセスしてください。

携帯サイト　http://www.streamshop.jp

QRコード対応の機種の方は右のQRコードからアクセスしてください。

PCサイト　http://www.stream.vc

FAX・ハガキでのご注文　下記内容を明記の上、送信またはポストへ投函してください。

0120-80-8238

●商品名 ●ご注文数量 ●注文コード ●氏名（フリガナ）●〒住所 ●電話番号 ●ご職業 ●生年月日

※18歳未満のお客様は保護者の方の署名・捺印が必要です。

注文コード 1768-2

Stream　104-0061東京都中央区銀座1-15-7マック銀座ビル3F　TEL 0120-51-3353　FAX 0120-80-8238

※顔の表面には使用しないでください。

わき 腕 脚 腹部 背中 Vゾーン

たった5分で

（当社調べ）

話題沸騰中

「エピローグ」ならレーザー脱毛と同様の効果を自宅で体感！

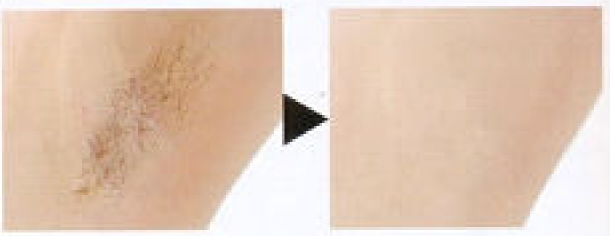
大手エステサロンが開発した脱毛クリームが遂に一般販売を開始しました。高出力によるレーザー脱毛は医療行為であり、専門機関でしか行うことができないことはご存知の方もいらっしゃるでしょう。そんな中、某大手エステサロンが研究機関に依頼し、開発した商品が「エピローグ」なのです。実際に某大手エステサロンでも導入されているので、効果はお墨付きで、３回使用すれば、従来のレーザー脱毛と同様の脱毛が可能になったのです。**あなたも「エピローグ」で本物の脱毛を体感してみませんか？**

簡単・着実・即効！エステ脱毛を実現する「エピローグ」の3大効果！

1 強力な有効成分でたったの3回（当社調べ）塗ることで半永久的に毛が生えません！

従来の脱毛剤は肌の表面にある毛を除去するだけで、毛根が残っている為、またすぐに生えてきてしまうというものでしたが、「エピローグ」は低刺激有効成分チオグリコール酸カルシウムを高配合し毛穴の奥に浸透させ、毛根の深部からムダ毛を着実に除去することで、３回塗れば簡単に脱毛ができるのです。

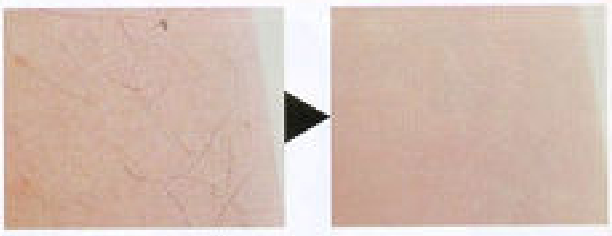
わきのムダ毛を毛根からスッキリ脱毛！



2 さらにムダ毛の原因となる発毛ホルモンの働きを抑制します！

大豆エキスが女性ホルモン様作用を促進し、ジオウエキスとの相乗効果により毛乳頭に直接作用することで、ムダ毛をもたらす原因となる発毛ホルモンの働きを抑制します。さらに毛が細くなり抜けやすい状態を作ることで、様々なムダ毛が生えにくい肌へと改善されるのです。

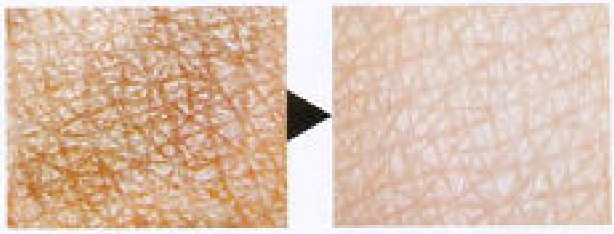
発毛が抑制されすね毛の脱毛効果も持続！



3 潤いたっぷりの美肌をもたらし黒ずみ・肌荒れの心配なし！

カッコンエキス、ハマメリスが従来の脱毛剤の使用や毛抜き、カミソリによってできた黒ずみ・肌荒れを改善し、毛穴を引き締め潤いとハリのある美肌をもたらします。さらに脱毛剤独特の嫌な臭いがなく、柑橘系の爽やかな匂いなので快適に使用することができます。

美肌効果によりキメ細かいキレイな肌に！



畑澤葵ちゃん

「エピローグ」は塗るだけだし時間もかからなくてホント楽に脱毛できたの！撮影前でもすぐに処理できるし、たったの５分でスベスベ肌になったよ！しかも３ヶ月たっても全然生えてこないからビックリ！ムダ毛で悩んでる子には「エピローグ」が絶対オススメだよ！

「エピローグ」ならきっと満足のいく結果が得られることをお約束致します。

CIDESCO国際認定エステティシャン

寺口 美穂 氏

女性にとってムダ毛処理はなくてはならないケアですよね。私共のサロンにも脱毛に来られるお客さんは多数いらっしゃいます。昨年までは私共のサロンでも高出力レーザー脱毛機を使用しておりましたが、昨今の行政の動向から低出力レーザー脱毛機に変更しました。変更した結果、処理能力不足を感じたため、何か方法がないかと模索し、開発したのがこの「エピローグ」だったのです。脱毛に来られる約８割の方はレーザー脱毛から、液体脱毛にシフトチェンジし、結果を出しています。ご興味のある方は一度使用してみてください。「エピローグ」ならきっと満足のいく結果が得られることをお約束致します。

塗った瞬間全身のムダ毛を除去しスベスベ肌に！

「エピローグ」は毛を形成する毛乳頭、毛母細胞を除去することで二度と毛が生えない皮膚へと改善します。

1. 有効成分が毛穴の奥へとしっかり浸透し、毛根に直接作用します。
2. 毛乳頭と毛母細胞に働きかけ、抑毛作用を促しムダ毛を毛根から除去します。
3. 毛乳頭を着実に除去し、半永久脱毛を実現すると共に美肌効果で肌に潤いを与えます。

蝴蝶网 hudie.com
杂志 zazhi.com

蝴蝶网 hudie.com

…簡単・運動・食事制限・副作用・リバウンド心配ナシ！

1ヶ月で平均-6.8キロ減！

（当社調べ）

FAMOUS BODY
第3次モニター募集開始！

参加必要条件は、本品を使用した18歳以上の方であればどなたでも構いません。使用前と使用後の写真（水着で全身、上半身）を各1枚同封のうえ、当社宛に「モニター希望」と書いてお送り下さい。当社で書類選考のうえ、合格者のみ郵送にて通知させて頂きます。（郵送代金はお客様負担。お送り頂いた写真はお返し出来ませんのでご了承下さい。）

使用前 50.5kg

使用後 41.3kg

TOTAL 1ヶ月 -9.2kg

体型1つでここまで気持ちが変わるなんて！

モニターアンケートの内容を公開！

佐藤雪さん/21才155cm

Q1 痩せる前の自分はどんな自分でしたか？
太った体型のせいで、小学校・中学校の時はイジメられ、高校の時も友達は少なかったし、男の子としゃべることもほとんどありませんでした。

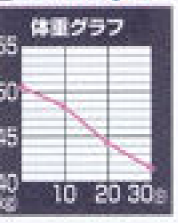
Q2 他のダイエットを試したことはありますか？
色々やってはみるんですが、何をやっても長続きせずに途中で諦めてしまっていました。自分の体型も意思の弱さも大嫌いでした。

Q3 フェイマスボディを飲んでみた感想は？
何をやっても長続きしない私でも、「フェイマスボディ」を飲むだけなんて、手軽に簡単に続けることが出来ました！しかもたった1ヶ月で－9.2キロも落ちるなんて！

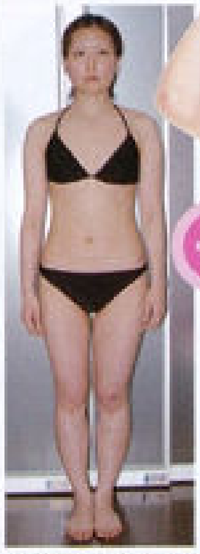
Q4 痩せて何か変わりましたか？
初めて自分に自信を持つことが出来ました！体型1つでここまで気持ちが変わるなんて思ってもみなかったです！「雪ちゃん変わったね」ってみんなに言われます！

●減量数値結果

	使用前	使用後	
バスト	83.4cm	81.1cm	-2.3cm DOWN!
ウエスト	65.8cm	59.1cm	-6.7cm DOWN!
ヒップ	88.6cm	83.2cm	-5.4cm DOWN!
体脂肪	26.5%	17.4%	-9.1% DOWN!



使用前 51.3kg



使用後 43.6kg

TOTAL 1ヶ月 -7.7kg

友達も増えて今は人生凄く楽しいです！

モニターアンケートの内容を公開！

加藤麻美さん/23才166cm

Q1 痩せる前の自分はどんな自分でしたか？
太ってるせいで、何をするにも自信がなくて、あまり積極的に人と話せませんでした。当然、男の子と付き合ったことはなく、友達も多くはなかったです。

Q2 他のダイエットを試したことはありますか？
中学校の頃は毎日走ったり、夕食を抜いたりしましたが、効果はありませんでした。また他のダイエットサプリを飲んだこともありましたが、やっぱり効果はなかったです。

Q3 フェイマスボディを飲んでみた感想は？
初めて飲んだ日は不思議とお腹が空かなかったです。2～3日で体重が減り始めて感動しました。そのまま1ヶ月飲み続けて-7.7キロのダイエットに成功しました！

Q4 痩せて何か変わりましたか？
周りの友達に明るくなったと言われるようになりました。そして人生で初めて告白されて彼氏が出来ました！友達も増えて、今は人生凄く楽しいです！

●減量数値結果

	使用前	使用後	
バスト	85.1cm	84.4cm	-0.7cm DOWN!
ウエスト	64.3cm	59.5cm	-4.8cm DOWN!
ヒップ	87.4cm	82.3cm	-5.1cm DOWN!
体脂肪	24.3%	20.4%	-9.1% DOWN!

使用前 50.1kg

使用後 42.7kg

TOTAL 1ヶ月 -7.4kg

何でも積極的に取り組めるようになりました！

モニターアンケートの内容を公開！

高橋里奈さん/19才158cm

Q1 痩せる前の自分はどんな自分でしたか？
かわいい洋服も着れないし、何を着てもブサイクだった。自分が大嫌いで、自信が持てなかったし、何をするにも消極的だった。

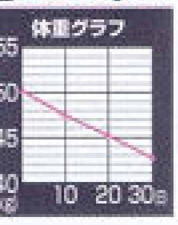
Q2 他のダイエットを試したことはありますか？
朝バナナダイエットをやったんだけど、すぐに効果が出なくて1キロ痩せるのに2週間もかかった。3～4日普通の食事に戻したら2キロもリバウンドした…。

Q3 フェイマスボディを飲んでみた感想は？
最初は痩せるか不安だったけど、飲み始めたらお腹も全然すかないし、便秘もすぐに改善したんです！体重も順調に減って1ヶ月で7キロも痩せて、身体の調子も良くなりました！

Q4 痩せて何か変わりましたか？
着たい洋服が着れるようになって、オシャレ出来るようになったのが1番嬉しい！自然と自分に自信が持てるようになって、何でも積極的に取り組めるようになりました！

●減量数値結果

	使用前	使用後	
バスト	80.9cm	80.0cm	-0.9cm DOWN!
ウエスト	64.9cm	58.3cm	-6.6cm DOWN!
ヒップ	86.4cm	80.8cm	-5.6cm DOWN!
体脂肪	26.4%	21.8%	-4.6% DOWN!



使用前 50.3kg

使用後 40.5kg

TOTAL 1ヶ月 -9.8kg

ヤセてから毎日が楽しくて凄く充実しています！

モニターアンケートの内容を公開！

安藤敦子さん/20才154cm

Q1 痩せる前の自分はどんな自分でしたか？
「どうせデブだから…」が私の口癖で、なんでも自分の体型を言い訳にしていました。とにかく、食欲が止まらなくてどうにも出来ませんでした。

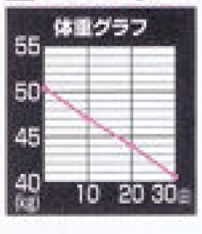
Q2 他のダイエットを試したことはありますか？
スポーツジムに通っていたんですが、会費が高いうえに効果がなかなか出なくてやめました。無理な食事制限ダイエットで入院したことも2回ありました。

Q3 フェイマスボディを飲んでみた感想は？
とにかく効果の早さに驚きました！10日で－3キロも痩せることが出来て、ウエストもすごく綺麗にクビレたんです！それでいて安全な商品だから、言う事なしです！

Q4 痩せて何か変わりましたか？
私が変わったのはもちろんですけど、周りの環境が一気に変わって、男性から告白されたり、友達から「羨ましい！」って羨ましがられるようになりました！ヤセてから毎日が楽しくてすごく充実しています！

●減量数値結果

	使用前	使用後	
バスト	84.1cm	82.5cm	-1.6cm DOWN!
ウエスト	66.6cm	58.7cm	-7.9cm DOWN!
ヒップ	88.9cm	81.3cm	-7.6cm DOWN!
体脂肪	27.4%	20.2%	-7.2% DOWN!



※効果には個人差があります。

有効率 99.4%（当社調べ）

FAMOUS BODY
Diet & Beauty & Healthy Supplement

「フェイマスボディ」を使用したモニターの99.4%（当社調べ）がヤセた!

好きなだけ食べてもヤセる!

アメリカで年間100億円以上（当社調べ）売れているダイエット成分に
ダイエット特許新成分をプラスして遂に国内限定発売!

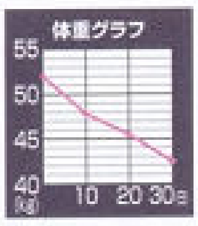
本誌限定 300箱 生産数に限りがあるため次の生産は6か月後の予定です。

スリム&キレイを実現する超実感型ダイエット

使用後 42.4kg
TOTAL 1ヶ月 -9.8kg
使用前 52.2kg

●減量数値結果

バスト	87.1cm	86.5cm	-0.6cm DOWN!
ウエスト	67.8cm	60.1cm	-7.7cm DOWN!
ヒップ	89.1cm	82.8cm	-6.3cm DOWN!
体脂肪	26.4%	19.8%	-6.6% DOWN!



もう痩せられないとあきらめてはいませんか？食事制限や運動はツラく面倒なわりに、長続きしても効果が出なかったりします。そこで当社では各専門家の方々のご協力を得て、様々な方でもわずか1ヶ月で簡単に痩せることが出来る『フェイマスボディ』を開発致しました。アメリカで年間100億円以上（当社調べ）も売れている新成分とダイエット特許新成分を配合することで、食事制限や運動の必要なく、身体にまとわり付いた余分な脂肪をすぐに落としてくれるのです。しかし、この『フェイマスボディ』は貴重な成分を使用しているため、生産数に限りがあり、本誌限定300箱のみの販売となっております。ご注文はすべて先着順となっておりますので、お早めにお求め下さい。

好きなものを食べても痩せる!寝ている間も脂肪を燃焼!

24時間楽々DIETメカニズム!

「プランタゴオバタ」

アメリカで100億円売り上げた究極のダイエット成分

オオバコ科の植物である「プランタゴオバタ」は水溶性と不溶性の2つの食物繊維サイリウムを持ち、胃の中で30～50倍（当社調べ）に膨らみ、少量で満腹感が得られます。空腹感が無くなりますので自然と食事の量が減り、ストレスを感じることなく着実に痩せていきます。また、優れた整腸作用で慢性の便秘も改善し、短期間でクビレが出来ます。

「亜鉛錯体抽出物」

運動の必要なしのダイエット特許新成分

ダイエットで特許を取得した「亜鉛錯体抽出物」はビタミン、ミネラル、食物繊維、アミノ酸などが豊富に含まれ、たんぱく質やDNAの合成を促進し、新陳代謝や成長を活性化させることで、激しい運動やエクササイズと同様の脂肪量減少効果があります。また、美肌効果や汚れた血液の浄化、ホルモンバランスを整えるなど女性のための高機能成分なのです。

さらに大幅ダイエットと美肌を実現する各種有効成分も高濃度配合!

脂肪燃焼効果

無理なダイエットで食事量を減らすと身体が脂肪を蓄えようとして、筋肉が少なく脂肪の多い身体になってしまいます。大豆ペプチドには基礎代謝を高め、体脂肪を燃焼させる効果があります。基礎代謝が向上すれば、消費されるカロリーも高くなり、太りにくい身体になります。

MRIによる検証

MRIによる比較では、使用後に基礎代謝が上がったことで脂肪が燃焼していることがわかります。

吸収阻害効果

キノコキトサンは胃酸にも水にも溶けないため、膨張して腸内をコーティングし、腸壁から油分が吸収されるのを阻みます。つまり食事で摂った油分を包み込んで排出する性質を持っているのです。この効果により食事を気にせず、ダイエットすることが出来ます。

ビーカーによる実験

余分な脂肪分が分解されてカロリーが吸収されるのを阻害し、体内に必要な栄養分だけを取り入れます。

デトックス効果

MSM（メチル・スルフォニル・メタン）とは、天然有機体イオウ成分の1つで、人間にも必須の成分です。このMSMが細胞内の有害物質を素早く排出し必要な栄養素を取り入れます。またオリゴ糖が腸内の有害物質を排出し、腸内を正常な環境に整えます。

腸内の比較

内視鏡カメラによる撮影で、長年蓄積された老廃物や毒素が排泄され、腸内がきれいになっているのが確認できます。

美肌効果

ダイエットによって急激に体内環境が変化すると、肌荒れ等の原因となります。「フェイマスボディ」に配合されているプラセンタやコラーゲン、ビタミンD3等が、肌に潤いを与え、肌年齢を若返らせます。また育毛作用のあるミレットエキスが丈夫で艶やかな髪と爪を作ります。

肌の比較

加齢や紫外線などの外的要因で破壊された肌が、潤いと弾力、ツヤを取り戻し、透明感のある素肌になりました。

モニターアンケートの内容を公開!

玉井美香さん／18才161cm

Q1 痩せる前の自分はどんな自分でしたか?

「デブ」っていうコンプレックスの塊でした。着たいと思うカワイイ服も着れなかったし、体型を気にして海にもプールにもほとんど行ったことがありませんでした。

Q2 他のダイエットを試したことはありますか?

TVとかで流行ったダイエット法は一通りやったし、運動とか食事制限とか考えられることは全てやってきました。でもどれも効果はほとんどなかったです。

Q3 フェイマスボディを飲んでみた感想は?

初めは疑い半分で飲み始めたんですが、1週間で効果ははっきり分かりました！1週間飲んだことでマイナス3キロ！1ヶ月で合計9.8キロも減るなんて信じられません！

Q4 痩せて何か変わりましたか?

私には無理と諦めていたカワイイ服も好きなだけ買えるし、逆に今では私の体型をいろんな人に見てもらいたいと思うようになりました！

女性にとってこれ以上ない心強い味方といえます。

美容痩身アドバイザー
兼 健康管理士
石崎真紀子先生

肥満は健康にも多大な影響を及ぼし、糖尿病や動脈硬化といった危険な病気まで併発します。「フェイマスボディ」には、ストレスを感じることなく、どんなに食べても着実な減量効果をもたらす「プランタゴオバタ」と、体に負担をかけることなく大幅な減量を可能にする「亜鉛錯体抽出物」が配合されていますので、副作用もなく、着実なダイエットを実現します。また、その他にもダイエット有効成分や美肌成分も高濃度配合されているため、健康面を管理する立場から見ても、また同じ女性としても、これ以上ない心強い味方といえます。

※食事の前に200cc程度のお水と一緒にお飲みいただくことをおすすめします。

1箱	通常価格 ¥11,800（税込）	特別価格 ¥7,900（税込）
2箱	通常価格 ¥23,600（税込）	特別価格 ¥15,000（税込）
3箱	通常価格 ¥35,400（税込）	特別価格 ¥21,000（税込）

特別価格期間：2009年12月末まで

お申し込みはこちら【24時間受付・年中無休】

下記フリーダイヤルは携帯・PHSからもご利用いただけます。

0120-72-7572

QRコードで簡単アクセス!

PC・携帯サイト http://www.bwl-lab.com

※ご注文の際に右記広告コードを必ずお申し付け下さい。

広告コード 154－1

FAX・ハガキ 0120-83-8397

FAX・ハガキからご注文の方は下記内容をご明記いただき上記フリーダイヤルへ送信、または下記住所へ郵送してください。

①氏名（フリガナ）②〒住所 ③お電話番号 ④生年月日 ⑤職業
⑥商品名 ⑦ご注文数量 ⑧広告コード

美容痩身研究所
〒104-0061 東京都中央区銀座3-13-4-4F-B

【お支払い方法】お支払いは大変便利な代金引換となり、手数料は当社が負担致します。また代金のお支払い方法は、現金の他、クレジットカード決済、デビットカード決済もご利用頂けます。【返品】商品到着後8日間以内の返品は可能です。開封後の返品はご遠慮下さい。返送料はお客様のご負担になります。※効果には個人差があります。

姫GAL雑誌モデルが わくわくめーる 体験!!

百合華×夢月姫乃

最新出会い系サイトを徹底検証!!

★最近の出会い系サイトは女の子が安心して楽しめちゃうらしい。本当のトコロどんな感じなのか人気雑誌モデルが業界大手の「ワクワクメール」に直撃調査をしてきた！

さっそく直撃調査を開始!!

百・姫乃ちゃんって、出会い系サイトにアクセスしたことある？

姫・ないない！ 今日が初めてだからドキドキしてるし！

百・百合と同じかぁ…。あ、なんかアド登録だけで使えるみたいやで。

姫・ほんとだ。へぇ～メアドだけで良いんだ。なんか私、他にも個人情報とか登録いるんだと思ってた。

百・そうやんな。あ、もう登録完了した！ すごい簡単に始めれるんやなぁ。

サイトの内部を見てみよう！

姫・中ってどうなんだろ…。男のコいっぱいいるのかなぁ？

百・変なオヤジがいっぱいおるかもしれへんで～(笑)

姫・だよね～(笑) …あっ ほら、プロフ検索がある！ キーワード入れるトコがあるし。誰似とかいろいろ相手を調べられるみたいだよ！

百・ほな、まず「○ルビッシュ」で調べてみよか！

プロフ検索を使ってみたよ♪

姫・うわぁ…けっこう出てきた！ でも、この人、全然似てない(笑)

百・確かに(笑) …あ、次の人はけっこう似てるで！ イケメンやし。

……下へ続く……

姫・今度は「DA○GO」で検索してみるね！

百・あっ、この人とか髪短いけどなかなか似てるやん～っ

～この後、しばらく2人は、プロフ検索で盛り上がりました～

他の機能もチェック！

姫・他にも便利な機能がけっこうあるみたいだね～

百・あるある。ほら、これとか。しつこい相手がいた時は無視リストに入れたら無視できるみたいやで♪ ブラックリストもあるわ(笑)

姫・ブラックリストがあるんだ！ なんだろ…メモ代わり？(笑)、でもこれならしつこい相手とか拒否れるし、やり取り途中で嫌になっても大丈夫だねっ

百・うんうん。逆にお気に入りとかもメモできるみたいやし。

姫・他の機能とかも、なんかすごい女の子の使いやすさ考えられてるね、ここ！

百・うん。サポートも24時間体制みたいやし、なんか問題あってもすぐ対応してもらえるのも安心できる★

直撃調査を終えた感想は??

百・なんか出会い系サイトって『危険！』みたいなイメージだったけど、けっこう安心できるなぁって思った！

姫・私も。セキュリティもしっかりしてて、ホント安心して使えるサイトだねっ

百・占いとかコミックも無料で読めるし、ワクワクメールでイメージ変わったわ。

姫・写真や動画の投稿もあったよね～！

百・あったあった。いろんな写真が載せれて、おもしろそうだった！

オススメ度を教えて★

百・百合華は星★3つ!!

姫・私はもう少し高得点！ 星★4・5!!

★2人の出会い系サイトに対するイメージは変わったようだ。ワクワクメールが女の子の立場になって作られたサイトだからだろう。返信の定型文が用意されていたりとフォローも万全☆ 安心して好みの相手を探せること間違いなし!!

アクセスはコチラ★ 女のコは全部無料 男のコは最大120P付!

※パケット代は別途かかります

http://550909.com/r

安心宣言

24時間有人でのサイト管理・サポート

お客さまサポート ☎0570-05-0909 ✉support@550909.com

当サイトは、携帯電話とPCのインターネットを利用したコミュニティサイトです。ダイヤルQ2・伝言ダイヤルとは異なります。●パケット通信料・通話料は、ービス内に含まれておりません。●独自のコンピューターシステム(SSL)により保護されております。個人情報の漏洩は一切なく安心してご利用頂けます。●序良俗違反・売春及び金銭的利害の発生・プライバシーの侵害・未成年に悪影響のあるようなもの、各種法令違反・その他管理者が不適切であると判断したもの関しては、サービスが受けられない場合があります。●ワクワクメールの利用で発生した会員及び第三者の損害に対しては、いかなる責任も負いかねます。●登録の前に必ず利用規約をお読みください。●18歳未満(高校生を含む)のご利用は、お断り致します。●第二種電気通信事業 H-15-774

(株)ワクワクコミュニケーションズ 所在地:東京都港区赤坂9-6-29

(PR)

蝴蝶网 hudie.com

蝴蝶网 hudie.com
杂志迷 zazhimi.com

It is shown a secret to be able to be beautiful by all women

▶Diet/Bust/Cosme/Skincare/Nail/Extension/Contact Lens/Others

I ♥ WOmarket by 森摩耶

モデル:森摩耶　カメラマン:有馬里沙　メイク:古穂香奈子　ヘアー:中野友歩/小林麻美　デザイン:竹居純代　プロデュース:宮先祐子　衣装提供:GLOOMY GLOW

モニター最速数分！どんな剛毛も残さず除毛出来る！？

シュッ！とひと吹き♪超簡単☆コレがあなたも可能な数分で出来る超速除毛方法！待つことたったの数分間。脇・腕・脚と、どこでもOK！入浴中に簡単ムダ毛除毛！貴方はコレをお風呂でスプレーすればOK☆様々な剛毛も貴方の完全勝利！超次世代型リムーバーで今年の夏はムダ毛０美人☆他とは違う、お風呂でも使える特殊インバス仕様！その感動効果に愛用者が急増中☆

※当社調べ

リディアエステル インバスリムーバー　定価12,600円→ Wo market価格 **3,129円**

体験者の声　西尾恵さん（22才：フリーター）
私の場合、お風呂場でたったの数分程度待っていただけだから超楽チンでした！だからこれからはもうカミソリをこまめになんて使ってられませんね。

夜専用！飲用後短時間寝ている間にドンドン減少☆

[illegible]効果が持続☆お試し版『60粒』を価格破壊の『1050円』で販売致します！しかも掛る費用は１日たったの３５円だから初めてでもお気軽に挑戦が出来る☆さぁ早速挑戦ダー！お試し低価格の為、複数購入様が多数おりますので品切れの際はご了承ください。

スリープパニックSOS　定価8,379円→ Wo market価格 **1,050円**

体験者の声　金子佳子さん（32才：OL）
人より汗かきだけど、これを飲んでからはいつもとは比べ物にならない位の汗で最初はビックリしました！なんか脂肪が燃焼してる気がします☆

超速３分ケア！？秘密のデリケートゾーン石鹸

100倍愛されると東京でクチコミ大爆発☆芸能人・モデルもこっそり愛用中！？真っ黒ﾁｸﾋﾞも余裕のピンク色☆本気で凄いからｸﾁｺﾐで広がってます！実際にモニターの大多数が『コレは必需品だね』とソノ場でまとめ買い☆驚異のﾘﾋﾟ率94%！？当サイト内ランキング連続1位！▼更に人気の秘密は▼この石鹸で全身を洗う事で『全身⇒美白・ツルツル美肌』で全身超美人に☆※余計な事ですが、貴方は本当に大丈夫ですか？もしも…少しでも不安があるなら使ってみて下さい。

東京ラブソープ　定価2,960円→ Wo market価格 **1,554円**

体験者の声　斉藤真理さん（21才：学生）
細くなるのは諦めていたんですよ。でも頑張って努力しました！痩せるって、こんなに世界が変わるんですね。何をするにも楽しくてしょうがないです!

激ウマジュースにプエラリア1000mg！桁外れのバク乳めざすならコレ♪

グラビアモデルも大絶賛☆まるでお腹の脂肪がバストに移動したみたいにお腹がペチャンコになってバストだけが膨張!?まるで寝てる間にエステでバストアップマッサージをされ続けてたみたいにウエストの余分な脂肪がバストに移動する!?数週間続けてみたら･･･こんな事態に!?このメチャウマなパイナップルジュースを飲めば、その夢が叶います!!

Oh!パイン　定価3,990円↓ Wo market価格 **2,079円**

塗ればばっちり二重目が1.8倍※に！これはもう塗る二重整形術！？

一度使ったら手放せない！モニターリピ率驚異の98,9%目元で悩むのはコレで終わり！☆メスを入れずにパッチリ二重形成！アイ○チなんてもう古い！業界騒然！塗る二重整形手術♪さらにデカ目をそのまま形状記憶し、しかも目元の悩みであるクマ・シワ・タルミまで同時に改善。塗れば二重！ナゼこんな事が可能？答えはサイト内で公開中！

※当社調べ

セレブライトアイズ　Wo market価格 **3,129円**

カリスマファッションモデルも脚痩せに利用☆あのレギンス入荷！

カリスマファッションモデルが美脚の秘密教えます！それは…履いて脚痩せをめざす噂のゲルマデニムレギンス!!実はこれ、専門家『美脚』の観点から開発！　履いてる間中、脚がスリム運動を続ける！だから短期間で脚が別人のように？！

ラブリーシェイプ 12分丈デニムレギンス　定価6,720円→ Wo market価格 **1,362円**

７日間体型激変プログラム！目指すは●日でマイナス１０キロ☆

飲んで３時間後には脂肪燃焼が開始!!体が異常にカーッと熱く!!１日の消費カロリーが急上昇!?【仕事中・散歩中・睡眠中】日常生活をしているだけで汗がドクドクと出るように!!たった●日間で目に見える脂肪がみるみる消滅!!目標体重に達して使用を中止するか？それとも継続して痩せ続けるか？アナタはどっち？

セブンブレイカー　定価29,400円↓ Wo market価格 **3,129円**

WOmarket プロデュース　ネイルサロンOPEN

千葉・津田沼駅すぐ！期間限定キャンペーン

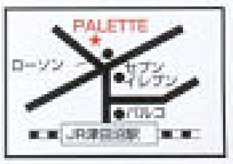
「ランズキを見た」でオールメニュー
20％OFF
※有効期限　9/23～10/22

「ゆったり落ち着く」がコンセプトのシンプルモダンなネイルサロン
『Nail Salon PALETTEオープン』

カルジェル（ラメグラデーション）
¥7,875→ ¥6,300
カルジェルカラー（10本色ちがいＯＫ）
¥7,350→ ¥5,880
スカルプチャー（クリア）
¥11,000→¥8,880
スカルプチャー（ラメグラデーション）
¥12,600→¥10,080
フットジェル（フットバス・ファイル・甘皮処理）
¥11,550→¥9,240

※すべて税込価格です

※落ち着いた雰囲気のバルコニーにて施術可能です。



Nail Salon PALETTE（ネイルサロンパレット）完全予約制
☎047-407-3901
営11：00～21：00
休月曜日
274-0825 千葉県船橋市前原西 2-22-17 スクエアビル4F

PALETTE Nail Salon

今月のWOmarketからのオススメはコレ♪ 脚ヤセってこんなに簡単？？？その秘密はココ！

この美脚ジェルは…今までと何か違う！

モニター最高値、塗って数時間で－1.5ｃｍ!?あなたも美脚になれる魔法のジェルは効いてるのが実感出来る！それは塗った瞬間からジワーっと熱くなり、そしてみるみる細く！これで貴方史上最高の美脚に変身♪『私の脚が３日でこんなに変わるなんて！むくんで見えていた太い脚が今ではこんなにスッキリ』（画像参照）また、それらの秘密は【脂肪分解】＋【脂肪蓄積防止】２つの相乗効果☆検証では驚きの結果を証明！脂肪分解テストの結果、脂肪細胞がわずか３時間後※に脂肪分解率が驚きの170%UP※！こんなにすごいんじゃ細くならないわけがありません！

※当社調べ

ヴィーナスラボ　定価12,600円↓ Wo market価格 **3,990円**

モニター・塗布前　モニター・塗布3日後

http://wo-market.jp?ran=wo

株式会社エアウェイブ
WO market事務局
〒160-0023東京都新宿区西新宿7-7-28第2山本ビル5F
☎03-5337-7093
e-mail:inquiry@wo-market.jp
営業時間：平日11：00～18：00（土日祝日休業）

ドメイン登録「wo-market.jp」を確認の上、ご注文下さい
◆お支払方法は代金引換（現金or各種カード）※代引手数料420円～がかかります。◆送料630円～◆商品のお届けはご注文より2日～10日程度になります。◆商品開封後のお客様都合（イメージ相違等）での返品・交換は不可になります。◆未開封に限り商品到着1週間以内でのキャンセルのみ可能。送料等に付きましてはお客様負担になります。◆商品不備での返品・交換は弊社にて負担させて頂きます。◆未成年の方は保護者承諾の上ご購入下さい。◆各商品成果には個人差（体質等）がございますのでご了承下さい。またモデルの感想は個人差があり、成果を保証するものではありません。◆個人情報保護に基づき許可なく第三者への提供はございません。※印のデータは当社調べに基づくものです。

※Wo market特別価格の有効期限は2009年12月末日までとなります。

付録はなんと!!
GILFYニット帽!!
お買い逃しなく!!
蝴蝶网
hudie.com
すべてのGILFY LOVERSに贈る
待望のGILFY BOOK第2弾!!
GILFY STORE
produced by JELLY
完売間近!! 絶賛発売中!!
880円
www.bunkasha.co.jp ぶんか社

タフ&セクシーを極めるファッション誌「ジェリー」は毎月17日発売!
[ジェリー]
魅せる女になってやる!
JELLY
益若つばさ流ママスタイル学!
大好評! mamaJELLY第2弾!
11
NOVEMBER
2009
500円
新作紹介&旬な履きこなし全部見せます!
ブーツこれに決めた!
1枚で着るなんてありえない!
絶対レイヤード!!
強め&セクシーどっちもGET大作戦!
圧巻!! ヒョウ柄のポテンシャル!!
JELLYに大型新人加入!!
"階上実穂"デビューします!!!
ソッコー旬顔コーデをお約束
トレンドボトムこれが正解
ジェリガも私服で総出演!
あびる優
若槻千夏
スザンヌ
南明菜
May J.
西野カナ
MiChi
秋の祭典! SNAP大特集!!!
自然なのにセクシーってヤバくない!?
中村優一とサーフィンデート♥
カジュアルのランクUP
早い子はみんなやってるタフヴィンテージ!
国籍変えちゃう秘密テク
"下げ眉毛"でハーフ顔!
WE♥BLACK
もう黒しか欲しくない
ジェリガのロックstyleに釘づけ★
まや×80's ROCK
まいち×USED ROCK
ゆうき×MEN'S ROCK
今どきお値段以上があたりまえ
LOVERSブランドのコストパフォーマンス大賞
発表!
ただ今オーダー殺到中!!
秋ヘアカラーはMIX主義でいく!
ここでしか見られない激カワITEM完全リポート
まいちコラボついにお披露目♥
ナチュラルメイクの新法則を指南
マジでひかえめメイク始めます!
絶賛発売中!!
ぶんか社 〒102-8405 東京都千代田区一番町29-6 www.bunkasha.co.jp

宅でマイペースにできる通信講座なら短期間で見違えるほど素敵に変身できます

私を素敵に変える資格・特技 BEST10

おウチでプロスキルが身につく!

松下美智子のネイルアーティスト

トップネイルアーティストが監修・指導!

指先のおしゃれに欠かせないネイル。プロの技能を身につければネイルサロンやブライダル業界などで幅広く活躍できます! トップネイルアーティスト・松下美智子先生が監修の本講座は、基本から最新テクまでを親身に実物指導。プロが使用するネイル用具もセットですぐに始められます。

【主任講師・松下美智子先生】

▲作業手順がひと目でわかる写真・映像を多数採用したテキスト・DVDでやさしく学べます。

▲基本のファイリング、ケアからカラーリング、ネイルリペア、デザインスカルプチュア、フレンチスカルプチュア、3Dネイルアート、最新のジェルネイルにいたるまでが身につきます。

プロとして必要なスキルが基礎から学べる!

デザインの基礎から色彩まで、松下先生のテクニックを完全公開。サロンで求められる華やかなネイルがあなたも作れるようになります。修了後は人材紹介・派遣会社との提携により、就業の道も拓けます。

住宅模型

在宅バイトとしても大人気!

住宅模型とは、家やビルなどを建てる前に作るミニチュア模型のこと。住宅設計に欠かせず、技能者は不足しています。一戸建て模型が3～6万円と効率の良い在宅バイトとしても大人気。本講座は、設計や建築の知識がゼロでもOK。専任講師が懇切丁寧に指導します。就業も指導。

調剤薬局事務

身近な薬局など活躍の場は豊富!

処方せんを扱う薬局で、医療保険制度などにもとづいて国や保険機関に調剤の請求報酬事務を行うスペシャリスト。本講座は、調剤報酬の算定に必要な基礎知識と技能を集中的に学び、身近な薬局で活躍できる技能がどなたでも短期間で身につけられます。

ペット介護士

ペット業界で活躍できます!

ペットショップや動物病院への就職、さらには将来のショップ経営を夢見る人にとって、夢実現の第一歩となる講座です。わかりやすいテキストとDVD(ビデオ)教材付き。獣医師の補助から自宅のペットケアまで、動物ケアの専門家として活躍できる知識が身につきます。

さし絵ライター

マスコミで人気、在宅で好収入!

書籍、雑誌、パンフレットなどを彩る「さし絵」。出版業界では即戦力の技能者が求められています。本講座なら、描き写しレッスンで、さし絵制作の基本から彩色、発想法までらくらく習得できます。あなたの描いた絵が収入に直結。就業も指導します!

ボールペン習字

一流師範の個別指導で美しい文字に!

美しい文字はあなたの評価を高める知的財産。70余年の歴史を誇る本講座は、美しいバランスがひと目でわかる「フォームライン方式」を採用。1日20分のテキスト練習と一流師範による懇切丁寧な添削指導で、どんな悪筆、クセ字の方も短期間で美しい文字に上達できます。

賞状書士

毛筆一本で生涯稼げる技能!

表彰状や卒業証書、招待状の宛て名や贈答品の表書きなどを毛筆一本で美しく仕上げる専門家。文字の専門的な書き方から配列、割り付け法まで、実務に役立つ技能を専任講師が懇切丁寧に個別指導します。未経験の方も生涯続けられる技能が身につきます。

デコアーティスト

プロテクニックをらくらくマスター!

ラインストーンなどを使って携帯やデジカメをキラキラにデコるのが大ブーム! 自分だけのデコグッズが作れます。現在活躍中のプロがあなたの作品を個別指導。スワロフスキー社のストーンなどの材料や用具も一式セットで、すぐに作品作りを楽しめます。

com

メンタルケア・アドバイザー

溜め込んだストレスをスッキリ解消!

悩みやストレスを解消するカウンセリング技能は悩める社会の救世主。仕事や暮らしに活用できます。わかりやすいDVD(ビデオ)で心の悩みを解消する技法とプラス思考の発想力が身につきます。講座修了後はセルフ・カウンセリング普及協会が資格を認定。

服部幸應の食育インストラクター

毎日の生活に役立つ食育知識を習得!

食育の第一人者・服部幸應先生が主任講師を務める本講座には、先生のこだわりと情熱が満載! 安心・安全な食材の選び方、生活習慣病対策など毎日の暮らしに役立つ食育がすぐに実践できます。講座修了後は「NPO日本食育インストラクターPrimary」に認定します。

修了後は「日本デコアーティスト協会」が資格を認定!

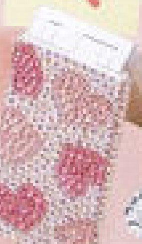
本講座を修了し、一定の技能・知識を身につけた方は「日本デコアーティスト協会」より「デコアーティスト」として認定されます。ここ数年で急成長をとげているデコレーション業界でプロを目指すのに有利です。

▲講座ではデコ電やカードケース、ボールペン、ミラーなどへのデコレーションの仕方を指導。作った後は自分の物として使えておトク!

【主任講師・藤井愛弓先生】

▲専用パネルを使ったレッスン課題で、デコアートの知識と技術が身につきます。

おウチで楽しく"デコ電"が作れます!



無料案内書をご希望の方は下のようなハガキかフリーダイヤル、FAX・Eメールでどうぞ!

案内書 無料贈呈

TEL 通話無料 0120-004-252
電話受付/午前9:00～午後9:00・年中無休

FAX 0120-764-180

E-mail guide@gakubun.co.jp

(FAX・Eメールはハガキ裏面の要項を明記して送信してください。)

URL http://gakubun.jp
(HPからも請求OK。携帯電話にも対応)

携帯からもカンタンアクセス!

がくぶん 検索

がくぶん総合教育センター
〒162-8717 東京都新宿区早稲田町5-4

傷、汚れ、破損、光の反射などによっては読み取れない場合があります。

〈ハガキの記入方法〉

▲ウラ	▲オモテ
147の91係 希望講座名(2講座まで) ●〒住所 ●氏名(フリガナ) ●年齢 ●電話番号	郵便はがき 〒162-8717 東京都新宿区早稲田町5-4 がくぶん総合教育センター

●お寄せいただいたお客様の個人情報は厳重な管理を行い、当社からの案内書送付、ご連絡以外には使用いたしません。

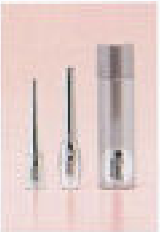
Ranzuki NEWS NOTE

だんだん涼しくなってきて季節はすっかり秋。こんな過ごしやすい季節、外に出なくちゃもったいない！　今月もお得な情報盛りだくさんだから、お出かけ前にコレをチェックすればきっと楽しい一日になるよ!!

プレゼント応募方法

プレゼント賞品には記号Aがふってあります。官製はがきに住所、氏名、年齢、電話番号（ケータイ、自宅）、学校名・学年（または職業）、メールアドレス、好きなショップ名、『Ranzuki』の特集で「読みたい企画」、今月号の感想を書いてご応募ください。※雑誌公正競争規約の定めにより、この懸賞に当選された方は、この号の他の懸賞に当選できない場合があります。あらかじめご了承ください。特に規定のない賞品の締め切りは、平成21年10月22日（木）当日消印有効。あて先は、〒102-8407　東京都千代田区一番町29-6　ぶんか社Ranzuki編集部「Ranzuki11月号　NEWS NOTE」係まで。なお、当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

化粧崩れの悩みに応えた「be road 散らないシリーズ」は、水の中でこすっても落ちない驚きのキープ力！　どんなシチュエーションでも化粧崩れしないので、スポーツや、急なお泊りでも安心だよ。ウォータープルーフを超えたまさに未来式のコスメなんだ。忙しくて化粧直しの時間がないコにもピッタリだね。　㈷株式会社セグレート　℡0120-555-126　HPアドレスhttp://www.beroad.jp/



パンダ目にならない！　落ちにくい！プロ仕様のコスメがデビュー!!

「サーティワン アイスクリーム」が、10/1～10/31の期間ワンダフルハロウィンキャンペーンを開催するよ。限定商品やスピードクジなど楽しいイベントが盛りだくさん！　かぼちゃのおばけ「ジャック・オー・ランタン」をイメージした限定の「ハロウィンサンデー」は、見た目も楽しいアイスクリーム。ボリューム満点でかぼちゃ色のシュークリームから笑い声が聞こえてきそう♪　㈷B-R サーティワン アイスクリーム株式会社　☎03-3449-0335

10月の「サーティワン アイスクリーム」は毎日がハロウィンパーティー!!

最新の3DCGアニメ「ミッキーマウス クラブハウス」のキャラクターたちがフィギュアになったよ。ミッキーをはじめ、ミニー、ドナルド、グーフィーがそれぞれ仲良しキャラとセットで登場（全て1050円/税込）。この商品をそれぞれ1名様にプレゼント♪（商品の種類は選べません）㈷マテルインターナショナル株式会社　☎03-5807-2040　Disney Elements ©Disney Fisher Price Elements ©2009 Fisher-Price, Inc., East Aurora, NY14052 U.S.A a subsidiary of Mattel, Inc., All Rights Reserved

Present A

「ミッキーマウス」の3DCGアニメから飛び出した楽しいフィギュア♪

人気古着ショップ「HANJIRO」から、デザイナーやアーティストたちとコラボしたロンTが登場。独特の雰囲気をもつ「HANJIRO」らしく、個性あふれるクリエイターが勢ぞろい。32型もあるこのアイテムはどれもオシャレで、1枚2590円、2枚3990円（ともに税込）と値段も手ごろ。全国19のお店とウェブショップで購入可能だよ。㈷光商事株式会社HANJIROプレス室　℡0120-8260-14　HPアドレスhttp://www.hanjiro.co.jp

個性あふれるクリエイター陣がデザインした「HANJIRO」ロンT!!

ただ今「セシルマクビー」では、オフィシャルサイト&メルマガから見れる動画コンテンツ、「CECIL.TV」を好評配信中だよ！　「セシルマクビー」の最新ニュースやここだけの情報、新作商品も動画でお伝えしちゃいます！　毎週金曜日に更新されるからオフィシャルサイト（http://www.cecilmcbee.jp）、またはメルマガを要チェックしてね☆　㈷セシルマクビー　℡0120-628-668（平日10:00～18:00）

CECIL.TV

「CECIL.TV」オフィシャルサイトでWEB配信中！

東京・原宿のど真ん中に店を構える「WEGO」原宿本店が、オープンから6年を迎え、装いも新たにリニューアルしたよ。さらに福岡・天神コアをはじめとするニューショップが全国各地にゾクゾクオープンするんだって！　詳しい内容はHPにアクセスしてね☆　㈷WEGOプレスルーム　☎03-5725-2153　㊟東京都渋谷区恵比寿南1-16-3　HPアドレスhttp://www.wego.jp/

人気古着ショップ「WEGO」原宿本店がリニューアルオープン!!

豆乳が肌のうるおいを高める「豆乳薬用スキンケアシリーズ」が新発売だよ。食生活の乱れやストレスなどで減少してしまう、エストロゲンとコラーゲンの働きをサポートして、肌の内側と外側からしっかりケアできる優れもの。細胞を活性化させるイソフラボンの含有率は、なんと従来の4倍なんだって！　薬用処方だから肌荒れが気になるコでも安心して使えるよ。　㈷株式会社ダリヤ　☎052-950-7711

薬用の豆乳効果でうるおいのあるふっくら素肌がつくれるスキンケア

「ヴァンキッシュ」が行っている慈善活動「RIBBON PROJECT」から、タレント紅音ほたるチャンとのコラボTが登場。この売り上げの一部は、TEENS ROOMっていう若いコのための性病撲滅活動に寄付されるんだ。そのTEENS ROOMは、ただ今10代のための保健室を渋谷に開設中。性病や体の悩みについての相談、おこづかい価格での検査もしてもらえるよ。TEENS ROOM　㊟東京都渋谷区宇田川町33-8渋健ビルB1F　㈷せーの　☎03-5771-3811

「ヴァンキッシュ」の新作コラボTで「RIBBON PROJECT」に参加しよう！

人気モデルが参加しているブログサイト「RADIANT」で、今年も新人モデルオーディションを開催するよ!!　応募資格は中学生から23歳くらいの女のコ。今まで勇気がなかったコもどしどし応募してね☆　あなたの人生が変わっちゃうかも♪　左のQRコードからアクセスしよう！　㈷RADIANT　HPアドレスhttp://rdnt.jp/pc/rdnt_dream.html（PC）　http://rdnt.jp/mobile/rdnt_dream/（モバイル）　※18歳未満の方は親権者の承諾が必要です。

第2回RADIANTモデルオーディション開催決定!!

「BOH」のこの秋強力プッシュアイテムは、カワイイ双子のパイナップルがはじけるカラフルロンT（左・5145円/税込）！　そしてブルーとイエローのカラーコンビネーションがまぶしい重ね着風半そでパーカ（右・6195円/税込）！　「BOH」の元気でPOPでハッピーなカラフルコーデで、秋もカワイくキメてこ!!　㈷BOH　☎06-4708-9255　HPアドレスhttp://www.bidders.co.jp/user/13053549/ranzuki

人気アメカジブランド「BOH」から、秋のオススメアイテム続々登場!!

杂志迷 zazhimi.com
蝴蝶网 hudie.com

おひつじ座 3/21～4/19

全体運

今月は、自分だけの時間を充実させて、興味のあることを追求するといいみたい。将来のことで悩んでいたコも、これをやってみようっていう夢ができそう。本気でやりたいことができたら、最後までやり通すことが大事。とにかく続けていれば、きっと才能が開花するよ。そうすれば願いが叶えられる日は近いかも！

シングルのコの恋愛運

出会いのチャンスが多い時期。だけど、恋が育つまでにはちょっと時間がかかりそう。彼氏が欲しいって思っているコは、だれかにアプローチしても期待しているような反応がなかなか返ってこなくて気持ちが冷めてきちゃうかも。片思いのコの運勢はあまり良くないから、思いきったアクションは来月までガマンしよう。

カップルのコの恋愛運

お互い穏やかな気持ちでいられるとき。その反面盛り上がりや刺激が感じられなくなるかも。ちょっとよそ見をしたくなるかもしれないけど、軽い気持ちで浮気するのはNG。カレにバレる気配があるから、気をつけたほうがいいよ。後半は、カレを頼りにするとカレも期待に応えてくれて、お互いのキズナが強くなりそうだよ！

今月の幸運のカギ

- ラッキーアイテム：ヘアアクセ、エスニックシャツ、スニーカー
- ラッキーカラー：ゴールド
- ラッキージンクス：ペットや動物とのふれあいに幸運が！

おひつじ座BOYへのアタック法

勉強のできるコやスポーツの得意なコみたいに、何かの分野で輝いているコに興味を持つとき。カレの前で、得意なことをそれとなくアピールすると、あなたの株が上がるかも。告白したいっていうコは、10/9が吉。

おうし座 4/20～5/20

全体運

集中力が高まる今月は、資格試験に挑戦するチャンスだよ。苦手に感じていたこともめきめき上達しそうだから、今は努力することから始めてみよう！　友情面は、友達の輪が広がるとき。センスのいい女のコや、才能豊かなコと仲良くなれそうだよ。金運はアルバイトにツキがあるみたい。短期でトライしてみては？

シングルのコの恋愛運

急展開がありそう。長い間片思いを続けてきたコは、思い切ってカレを誘って、仲間と一緒にグループデートを計画しちゃうといいみたい。思うようにいかなかったことも、開き直ってアピールすればカレとのキョリもグッと近づきそうだよ。出会いを待っているコは、出かけた先でタイプのカレにばったり会えそう。

カップルのコの恋愛運

ラブ運がある今月は、カレとの仲も絶好調。つき合いの長いコは、出会ったころのようにラブラブになれそうだよ。一緒にいることが当たり前すぎて言わなくなっていた甘いセリフも、ちゃんと言葉にして伝えるようにしてみて。思いがけないラブのサプライズがやってくるかも。後半は、お泊りデートにツキがありそう。

今月の幸運のカギ

- ラッキーアイテム：ショートパンツ、スポーツバッグ、ローズクオーツ
- ラッキーカラー：ベビーピンク
- ラッキージンクス：気分転換にお散歩すると運気がアップ。

おうし座BOYへのアタック法

好奇心おうせいなカレは、新しいスポットやライブに誘うのがオススメ。いつもはクールに見えるカレが、真剣に話を聞きだしたら、かなり脈あり！　最新ニュースなどの話題を振るのがコツ。告白は10月以降に。

ふたご座 5/21～6/21

全体運

あなたの個性や魅力に磨きがかかるとき。ファッションやメイクを変えて、大胆なイメチェンにチャレンジすると、モテ度も急上昇しそう。勉強面は、美術や音楽、語学の成績が伸びる気配。気楽な気持ちで取り組むと、リラックスしていつも以上の力を発揮できるはず。友情面は、先輩から目をかけてもらえそう。

シングルのコの恋愛運

荒れ模様な気配。恋したいっていう気持ちが先走って、本命ではないカレとノリでつき合うなんてことも。アセリから妥協してしまうと後できっと後悔するから、流されないように気をつけてね。片思いのコは、あなたの気持ちを伝えるチャンスを逃してしまうかも。直接よりも、メールやTELでアプローチすると成功しそう。

カップルのコの恋愛運

恋の運気は下降気味。カレとのおつき合いを家族から反対されて、逆境に立つなんてことも。でも原因はカレのせいだけじゃなくて、あなたが家族の信用を得られていないせいかもしれない。今は恋にばかりエネルギーを傾けないで、勉強などに集中しよう。あなたの普段の努力が、ふたりの仲を認めてもらうカギになりそうだよ。

今月の幸運のカギ

- ラッキーアイテム：ボディバッグ、ブーツ、帽子、腹巻
- ラッキーカラー：グリーン
- ラッキージンクス：お気に入りの写真を携帯すると吉。

ふたご座BOYへのアタック法

スポーツなどカレの趣味に関連することで気を引けそう。カレの好きなスポーツ観戦に誘ったり、同じ趣味に興味をもったりしてみては？　共通の話題が増えると、カレとの関係に変化があるはず。告白はストレートに！

PPY 占い

ないかな？　この占いを読めば心もカラダも温まるホットな恋が見つかるよ。

9/23～10/22

今月の総合ランク ベスト3

1位……てんびん座
2位……やぎ座
3位……おうし座

かに座 6/22～7/22

全体運

運気は好調をキープ中。火星のエールを受ける今月は、あなたにスポットが当たりそう。自然と周りの注目を集めて、あなたのファンが増えていきそう。みんなからもてはやされるときだからこそ、周囲には笑顔で接して、優しい気づかいを心がけて！　そうすればあなたの人気は不動のもの。勉強面も好調の運気だよ。

シングルのコの恋愛運

学祭やイベントで、あなた好みのカレと知り合える暗示。相手もフリーなら、すぐアクションを起こして！　強気でどんどんアピールしたほうが、成功率も高くなるよ。片思いのコは、カレに好かれるようにいいこぶるよりも、自分らしく接したほうが好印象を持ってもらえそう。本音を隠さないで素直な自分でいることが大事。

カップルのコの恋愛運

太陽が天底の座を進行する今月は、安定期に差しかかっているみたい。物足りなさを感じて、恋に刺激を求めたい気持ちが出ても、軽いノリで浮気しないように注意して。もっと愛されたい思いから取る行動は逆効果になりそう。カレのために何ができるかをちゃんと考えれば、きっと長く続く恋になるよ。

今月の幸運のカギ

- ラッキーアイテム：スタッズつきベルト、レギンス、ぺたんこ靴
- ラッキーカラー：レッド
- ラッキージンクス：ハートつきのメールはラブ運をアップ。

かに座BOYへのアタック法

相手に求める理想が高くなっている様子。カレにアプローチする前に、自分自身をもっと磨いて男のコからの注目を浴びるくらい、ステキな自分を目指そう。周りからの評判を上げることが、ラブゲットの近道になるよ。

しし座 7/23～8/22

全体運

あなたの[illegible]悩ませていた問題が解決へと向かうきざし。そのき[illegible]けは、思い[illegible]ところから[illegible]暗示[illegible]いる[illegible]まで[illegible]とらわれ[illegible]考え[illegible]に変化を[illegible]と[illegible]も。深く考えて[illegible]うにもならな[illegible]少し[illegible]て違うことに集中すると、突然いいアイデアが浮かぶかも！

シングルのコの恋愛運

恋は悩みがつきないとき。片思いのコは、カレとの仲をジャマするライバルが現れそう。思い通りにいかなかったり、ライバルの行動が気になったりして、ヤキモキするかもしれないけど、あきらめちゃダメ。あなたの思いが強ければ、きっとこの状況を乗り越えられるはず。出会いを待っているコは、浮気グセのある男のコに注意して。

カップルのコの恋愛運

最近つき合いはじめたコは、いきなりトラブルが発生しそうな気配。カレとささいなことでもめるような、すれ違いが多発しそうな予感。こんな気持ちじゃ続けられないなんて思っても、いきなり相手にストレートな感情をぶつけないで、冷静に話し合えば、お互いの気持ちを理解し合えて、状況を好転させるきっかけがつかめるはず。

今月の幸運のカギ

- ラッキーアイテム：バングル、ミニスカート、ロングネックレス
- ラッキーカラー：ホワイト
- ラッキージンクス：イニシャルのアイテムはツキを招くよ。

しし座BOYへのアタック法

いつもは強気なカレだけど、人に言えない悩みを抱えているみたい。それとなく相談を聞いてあげて、カレに励ましのエールを送ると、あなたの存在を強くアピールできそうだよ。告白は来月まで待つとうまくいくかも。

おとめ座 8/23～9/22

全体運

仲間に恵まれるとき。クラブ活動やバンド活動をしているコは、チームとの一体感が生まれて、素敵な関係を築けそう。自分のことを主張する前に、相手をサポートしたり、いいところをほめてあげると、あなたにとってもプラスになるよ。いい仲間関係は、あなたを一段と成長させてくれるから、友情を大事にしよう。

シングルのコの恋愛運

モテ運がアップする時期。シングルのコは、意外な相手からコクられたり、人気者のカレからデートに誘われるかも。とってもラッキーな時期だから、素直に恋に飛び込んだほうが楽しい毎日を送れそうだよ。片思いのコは、文化祭や秋祭りに誘うといい暗示。イベントの盛り上がりに乗って、ラブも急展開するかも！

カップルのコの恋愛運

愛が深まるとき。カレに手作りのプレゼントをあげたり、おそろいのアイテムを持ったりして、ふたりだけのものを増やそう。そうすれば心がつながっている感覚をお互いに感じられるよ。不安に感じていることや、マンネリなデートは、あなたが少し工夫すれば簡単に解消できるはず。カレ任せにしないで、あなたがリードを取ろう。

今月の幸運のカギ

- ラッキーアイテム：ビーズアクセ、ショートブーツ、パイソン柄
- ラッキーカラー：ロイヤルブルー
- ラッキージンクス：朝一番にフルーツを食べると幸運が。

おとめ座BOYへのアタック法

女のコから熱い視線がカレに集まる気配。人気が高まっているきざしがあるから、カレを落とすのはちょっと難しいかも。ライバルが多いなら、みんなと違うアプローチをする努力をしよう。カレの親友の協力がカギ。

いて座 11/23～12/21

全体運
山あり谷ありの運勢。友人関係でひと波乱ありそうだよ。あなたのことをとても好意的に思ってくれている仲間が増える暗示があるけど、あなたに嫉妬する相手も現れそう。根も葉もないウワサを流されたりと、気がかりな出来事も起きそうだけど、全員から好かれようとは思わないで。きっと時間が解決してくれるはず。

シングルのコの恋愛運
恋への理想がふくらみそう。シングルのコは、周りに自慢できるようなカレに目がいきそう。でも、外見や条件ばかりを見ていると、カレの本性を知ってガッカリしたり、イメージとのズレにまいしちゃうかも。期待はずれな恋をしたくなかったら、見た目やお金だけじゃなくて、心の中もしっかり観察して見極めることが大事だよ。

カップルのコの恋愛運
カレのことが好き……だけど、許せない！　そんな何かが起こるかも。時間にルーズだとか、約束を守らないっていうことなら、話し合いで解決できそうだよ。だけど他の女のコのことみたいな、心が不安になるような問題だと、関係にヒビが入りそう。どうしてもガマンできなければ、妥協しないで別れちゃうのもありだよ。

今月の幸運のカギ
- ラッキーアイテム：キャラクターグッズ、パーカー、ミュール
- ラッキーカラー：ネイビー
- ラッキージンクス：苦手なコに親切にするとチャンスがやってくる。

いて座BOYへのアタック法
対人面でもめたり、意地を張りやすいときみたい。そんなカレのサポート役になってあげて、やさしさを態度でアピールすると感謝してもらえるかも。控えめのアプローチが、カレに受け止めてもらうカギ。

さそり座 10/24～11/22

全体運
今月は、あなたがずっと悩んでいたことに光が差し込む気配。進路のことや友人関係のことで、頭を悩ませることがありそうだけど、今はいろいろ考えることが悩みを解消するのに必要なことだよ。問題から目をそむけず取り組んだほうが、解決も早くなりそう。どうしても迷ったときは先輩に相談するといいよ。

シングルのコの恋愛運
片思いのコは、あなたの苦手なタイプのコが手ごわいライバルとして浮上しそうな気配。油断できないときだけど、あなたがアプローチの手をゆるめたり、カレのコトをあきらめたりしなければ、状況を好転させることができるはず。出会いを待っているシングルのコは、かつての親友や幼なじみから、いい出会いがもたらされそう。

カップルのコの恋愛運
あなたが思っている以上に、カレはあなたを好きみたい。ちょっとしたトラブルで不安になっても、もう少しカレのことを信頼してあげて。あなたが心を開けば、カレもあなたへの愛情をもっと注いでくれるよ。デートは眺めのいいスポットや、美術館などの芸術にまつわる場所がオススメ。

今月の幸運のカギ
- ラッキーアイテム：ニーハイソックス、ジャケット、手鏡
- ラッキーカラー：シルバー
- ラッキージンクス：旧友に連絡するとタイムリーなニュースが。

さそり座BOYへのアタック法
プライドが傷つけられることを恐れているみたい。カレをGETしたいなら、カレのコンプレックスを刺激しないように言葉を選んで話しかけよう。カレの長所をホメて、カレのことを評価しているっていう態度がラブGETに！

てんびん座 9/23～10/23

全体運
太陽があなたの星座で輝いている今月は、運気も快晴！　期待していたことが、予想以上の成功につながるような、ラッキーな出来事に恵まれそう。今月は努力すればした分だけ、いい結果に結びつきそうだから、完全燃焼を目指して頑張ろう。時間を無駄にしないことが、素敵な未来をきり開くヒケツだよ。

シングルのコの恋愛運
恋は水面下で進行するとき。片思いのコは、周囲の恋バナにはまざらないで。カレのことも、周りのコには少しの間だけ秘密にしておいたほうが、恋が進展する暗示だよ。彼氏が欲しいって思っているコは、今月の出会いにはトラブルが隠れているみたい。気まぐれにおつき合いを考えないで、慎重に相手を見極めなきゃダメだよ。

カップルのコの恋愛運
なんだか曇り空の運気。カレと一緒にいても、なんとなく心が通っていない気がして、寂しく感じることが増えるかも。カレ自身は、課題や試験で大変だったり、恋以外に集中したいことがあるのかもしれないから、あんまり気にしすぎないように。今をガマンできれば、今月の後半は運気も好転してくるきざしだよ。

今月の幸運のカギ
- ラッキーアイテム：リストウオッチ、クリスタル小物、チェック
- ラッキーカラー：ワインレッド
- ラッキージンクス：木曜のTELは話がはずむ暗示。

てんびん座BOYへのアタック法
ハツラツとしたパワーにあふれているとき。女のコに対しても、明るくて元気なコにひかれやすいみたいだよ。カレの前ではいつも笑顔で過ごしたり、パワフルな態度で接したほうが、ラブもGETしやすくなりそう。

森村あこ先生
西洋占星術研究家、ストーンセラピスト、アロマセラピスト、ストーン・ヒーリングの実践家として、パワーストーンや香りとの幅広いつき合い方をテーマに、雑誌への執筆、講演なども行っている。著書に「パワーストーン魔法の石カタログ」など多数。公式HP: http://www.akoako.jp

コワイほど当たっちゃう♥ LOVE&HA

ぐっと気温が下がって肌寒くなってきたね。この手を温めてくれるカレが欲しいよーなんて泣いて

Horoscope／AKO MORIMURA
Illustration／TSUYAKO HARANIKU

うお座 2/19～3/20

全体運
友情面は今ひとつみたい。親友と大ゲンカになったり、仲間のもめ事に巻き込まれたりと、雲行きが怪しい気配。ついおせっかいを焼きたくなっても、今の時期は抑えて。思うことがあってもすぐ口にしないで、表現を変えて優しく伝えれば無難に過ごせるはず。勉強面は、苦手科目に挑戦すると克服できそう。

シングルのコの恋愛運
恋はあなたの理想通りの展開に！　シングルのコは、出会い頭にひと目ボレするような、情熱的な恋の幕開けが期待できるよ。たとえライバルがいたとしても、あなたに有利な運勢の時期だから、告白をしたいならちゅうちょしないでGO！　片思いのコも、大胆にアピることが肝心。ダメなら次へいくくらいの気持ちが成功のカギ。

カップルのコの恋愛運
ラブラブムードのひと月。カレの愛や優しさがあなたに降り注がれるきざしだよ。周囲からもお似合いのカップルって言われたりして、とてもホットなラブライフを過ごせそう。でも、だからといって、手抜きをしたりカレに冷たくすると、関係が危うくなる恐れもあるから気をつけて。カレに感謝の気持ちを伝えることも忘れないでね。

今月の幸運のカギ
- ラッキーアイテム：オリーブオイル、羽形モチーフ、ベルト
- ラッキーカラー：ブルー
- ラッキージンクス：ネイルケアをすると出会いが訪れそう。

うお座BOYへのアタック法
ラブなムード満点のスポットが、カレの心に響くとき。ロマンティックな映画や、夜景のキレイな場所でデートするとふたりの距離がちぢまりそう。告白を考えているなら、カレの好きそうなBGMの流れるお店がベスト。

みずがめ座 1/20～2/18

全体運
得意なことに磨きをかけたり、将来につながりそうな勉強をするといい時期。今までぼんやり過ごしてきたコは、将来何がやってみたいのか考えてみよう。すぐには見つからないかもしれないけれど、何かのヒントに気づけるかも。憧れの先輩に相談するといい暗示。友情面は、ケンカをすると長引きそうだから気をつけて。

シングルのコの恋愛運
あなたの思いがカレに通じる暗示。片思いのコは、カレと恋バナをしているときに、気持ちを伝えるチャンスがやってきそう。思いを伝えるなら、直球で投げかけるとかないそうだよ。出会いを待っているコは、気まぐれな男のコに振り回されないよう気をつけて。本音を言わない相手は避けたほうがいいよ。

カップルのコの恋愛運
カレとの仲がもっと深まっていくか、あるいは距離ができてしまうかの分かれ道。好かれたいっていう思いから、カレへの不満や不安を黙っていると、結局自分の心がカレから離れていってしまいそう。ケンカや別れを恐れないで、ちゃんと本音を伝えれば、お互いの誤解が解けて、今よりずっといい関係を築けるはずだよ。

今月の幸運のカギ
- ラッキーアイテム：ピンバッヂ、スケルトン小物、ジュエリーボックス
- ラッキーカラー：クリームイエロー
- ラッキージンクス：恋愛小説を読破するとラブの成就が近づくよ。

みずがめ座BOYへのアタック法
女のコからのアプローチを待っているときみたい。カレからの誘いを待っていないで、自分から積極的に誘ってみよう！　グイグイカレを引っ張っていくくらいの強引さが、ラブを進展させるためには必要だよ。

やぎ座 12/22～1/19

全体運
過去の努力が結果となって表れそう。テストで高得点をGETできたり、あなたの普段の努力を高く評価されて、重要な役に大抜てきされるなんてことも。あなたの活躍が、個性や才能を伸ばしてくれる相手との出会いにも結びつきそうだから、自分をアピールすることも忘れないで。金運は、臨時収入がありそう。

シングルのコの恋愛運
出会いが次から次へと押し寄せてくる気配。スポーツ系のカレやアーティスト系のカレなど、いろんな相手との縁が生まれそうだよ。あなた次第で、カレをGETすることも十分可能だから、本命を早めに決めたほうがいいかも。片思いのコは、ライブや映画に誘うと、ラブなムードになれそう。告白は15日にツキがあるきざし。

カップルのコの恋愛運
カレの存在がとても支えになるとき。強がりを言わないで、甘えるとカレも喜んでくれるよ。デートもカレの好みに合わせたほうが盛り上がる暗示。後半は、ふたりで一緒に共通の友人の恋を応援するなど協力し合うことがお互いのキスナを強くしそう。進路のことで悩んでいるコはカレに相談すると、勇気がもらえるよ。

今月の幸運のカギ
- ラッキーアイテム：ボディクリーム、アロマグッズ、帽子
- ラッキーカラー：フューシャピンク
- ラッキージンクス：復習に力を注ぐと成績アップがはかれそう。

やぎ座BOYへのアタック法
勉強ができるとか、スポーツが優れているとか、特別な何かを持っているコに興味を抱くときみたい。あなたの個性や趣味をアピったほうが仲良くなれそうだよ。深夜にTELをするとあなたの恋心が通じる予感が。

Present

2009 NOVEMBER

読書の秋、スポーツの秋っていうけど、忘れちゃいけないオシャレの秋!! 各ブランドの秋新作が出そろって、早くも街のコたちは秋のよそおい♥ 今月のプレゼントも、流行に乗り遅れないためのアイテムをたくさん用意したよ☆

※特に記載の無い商品はフリーサイズです。

Photos ／ Akira Ishikawa < BUNKASHA >
Design ／ Tomoki Fukuhara < ma-h gra >

COCOLULU
ルル

no.05 1名様

立ちカラーとロゴ…ンパクト大のベル…一年中使えるか…本でも欲しい!!

no.03 1名様

丸ボタンがキュートなカウチンは、あったかくて冬まで着られるトコもポイント高い♥♥

no.04 1名様

タイダイのショーパンにブーツを合わせたコーデで、秋のオシャレは完璧☆(27インチ)

GILFY
ギルフィー

no.01 1名様

重ねて着ても、それぞれを単品で着てもOKな2枚組ジャケット☆ これなら何通りも着回しができて、チョーお役立ちだよね♥ (Mサイズ)

中はコレだよ♪

no.02 1名様

伝説のHITとなったニット帽に、新作が登場したよ!! ニューデザインはレイヤード風になっていて、またもやブームの予感☆

BLUE MOON BLUE
ブルームーンブルー

アメリカンテイストのTシャツは、POP&ワッペンがたくさんついててチョーカワイイ♥

no.08 1名様

no.07 1名様

↓ヴィンテージ風の色合いやロゴがカワイイパーカーは、ロンTを中に着てもGOOD!!

BACK

no.09 1名様

←厚手だから今の時季にぴったり！ チョー目立つ背中のロゴがかなり自慢できちゃう！

BACK

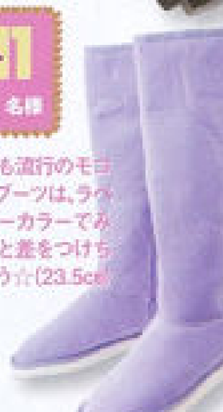
M・A・C
マック

no.06 1名様

メイクブラシ5本セット

仕上がりがダンゼン綺麗！ R's愛用のメイクブラシは、編集部が厳選した使える5本をセットでプレゼント!!

minimy
ミニミー



no.11 1名様

今年も流行のモコモコブーツは、ラベンダーカラーでみんなと差をつけちゃおう☆(23.5cm)

ディズニーストア
「ミニー ベロアパーカー」

耳つきフードやトレードマークの水玉など、こだわりのパーカーで気分はミニーちゃん♥

no.10 1名様

©DISNEY
提供：ディズニーストア 渋谷公園通り店 ☎03-3461-3932

GLAD NEWS
グラッド ニュース

no.15 各1名様

HIT中のスタッズが、フードケットにあしらわれたパーカ型ってトコもオシャレ☆(色選びいただけません)

CHEER
チアー

毎年大人気のスパンコールロゴキャップは、秋にぴったりのカラーをお届け！

no.14 1名様

おっきなボンボンが目をひく、お菓子みたいなパステルカラーがキュートなニット帽♥

no.13 1名様

VENCE
ヴァンス

BACK

ポケットのスタッズやダメージ加工、ベルトチェーンなど、ロックテイストのデニムミニにはトレンドが満載！

no.12 1名様

.maxx
イアイマックス

no.20 1名様

秋にヘビロテしたい黒のカーデは、…

no.21 1名様

…ンストーンの…ルがコーデを…げ☆ 白と黒…サージュつき…もウレシイ♪

LIP SERVICE
リップサービス

no.18 1名様

今季リップが押すレースプリントのワンピは、ゴージャスで遊び心満点♥ (9号)

no.19 1名様

JSG
ジェイエスジー

流行のドット柄パーカー。…フルエットと長めの丈でスタイルアップ効果も♥

no.16 1名様

リップやギターなどロックなモチーフが満載♥ 過手になりすぎない色合いもクール！

no.17 1名様

すそのレース使いがレディなキャミワンピは、ちょっと背伸びしたい気分にぴったり♪

応募方法

プレゼントの応募方法&応募シートはP.149 ～ 150 にあります。アンケートに答えて、指定の応募券に、希望賞品番号を書いて編集部まで送ってネ! 「応募券」の中に必ずひとつだけ欲しい商品番号を書くのを忘れずに! 締め切りは平成 21 年 10 月 22 日（木）、当日消印有効です。なお当選者の発表は平成 21 年 11 月 21 日（土）発売の 1 月号で行います。写真は現物と若干異なる場合があります。あらかじめご了承ください。

Ranzuki 9月号 プレゼント当選者

大阪府 松岡 百合香チャン
兵庫県 松田美菱チャン
京都府 高尾果鈴チャン
山形県 相馬 楓チャン
千葉県 石井映里チャン
東京都 青木希恵チャン
高知県 黒石真矢チャン
広島県 谷田愛璃チャン
愛知県 林 莉子チャン
奈良県 大西梨沙チャン
岡山県 坂本梨奈チャン
福岡県 森重美都チャン
和歌山県 岩渕友里チャン
他140名様

zazhimi.com

アンケートにぜんぶ答えて豪華プレゼントをGETしよう!

Ranzuki 11月号 アンケート

「Ranzuki」をもっとオモシロい雑誌にするために、みんなの意見、要望、不満、質問などをドシドシお待ちしてマス！ 下記の欄に必要事項を記入の上、キリトリ線に沿って切り取ったら、80円切手を貼った封筒に入れて、下記のあて先まで送ってネ！ 抽選で豪華プレゼントが当たるので、次ページに希望賞品番号を書くのを忘れずに！ また、「Ranzuki」に出てみたい！ ってコは、P.150の指定の場所に、あなたの写真を貼って送ってネ！ 撮影をお願いしたいコには、編集部からご連絡しまーす！

※雑誌公正競争規定の定めにより、ひとつの懸賞に当選された方は、この号のほかの懸賞に当選できない場合がございます。ご了承ください。

●アンケートあて先 〒102-8407 東京都千代田区一番町29-6 (株)ぶんか社 Ranzuki編集部「11月号アンケート」係まで
●締め切り：2009年10月22日(木)（当日消印有効）

蝴蝶网

氏名	フリガナ （掲載時のペンネーム） ( )	住所	〒 － どちらかにマルしてネ （ 実家 ・ ひとり暮らし ） 都道府県
年齢 歳	または職業 学校名・学年 フリガナ ( )年	生年月日	年 月 日
ケータイTel	－ －	自宅Tel	☎ － －
メールアドレス	@		

A ①表紙 ②スタイリストR'sのブランド新作展示会におじゃま～blog ③すずが見つけた☆ ☺アイテム ④秋もやりたいのは女のコ&男のコmixコーデ ⑤R'sの10000円以下でお買い物ドキュメントNOW ⑥365日ココルルマーチ!! ⑦過激モノトーンで罪なくらい目立つ!! ⑧ウチら、週3でチェックシャツ着てます ⑨秋ファッションのスタートはブーツビートが合図!! ⑩ゆーゆシルエットのカードは結局ゆるトップス×ミニボトム ⑪すずもやってる！ うす盛りメイク ⑫秋制服は、こうやって盛ってきマス!! ⑬ラフ巻きがラク巻きです♥ ⑭ニコるんの「GALが趣味」ですが!? ⑮ニューアイテム、プラスワンモア！ で秋コーデ☆ SNAP！ ⑯ショートでも盛れるギャルヘア ⑰みんなのオリジナルダイエットレシピ発表！ ⑱ウチらの太ももがピンチ!! ⑲ニキビのお悩みバスターズ ⑳ありちゃんってスゴくね!? ㉑みんなの!! ふた重メイク♥♥ ㉒かぶりもの どうかぶる!? どう選ぶ!? ㉓ギャルコミ！ ㉔Ranzukiホムペにゅ～す!! ㉕Ranzuki NEWS NOTE ㉖LOVE&HAPPY占い ㉗Present ㉘ウラんずき

Q1 上のAの①～㉘の記事の中で「よかったもの」の番号をふたつ選んで、その理由も書いてネ！

No. | 理由

No. | 理由

Q2 上のAの①～㉘の記事の中で「役に立ったもの」の番号をふたつ選んで、その理由も書いてネ！

No. | 理由

No. | 理由

Q3 上のAの①～㉘の記事の中で「つまらなかったもの」の番号をふたつ選んで、その理由も書いてネ！

No. | 理由

No. | 理由

Q4 アナタの好きなショップはどこですか？ ふたつ書いて、その理由も書いてネ！

ショップ名
理由

ショップ名
理由

Q5 「Ranzuki」11月号をどこで買った？

①書店 ②コンビニ ③その他（ ）

Q6 「Ranzuki」はどのくらいの割合で買ってる？

①毎月買う ②ときどき買う ③初めて買う

Q7 雑誌を買うときのキメテは何？ 大事だと思うものひとつにマルをつけてネ！

①表紙 ②価格 ③ファッション企画のよさ ④ビューティー企画のよさ ⑤読み物企画のよさ ⑥連載企画のよさ ⑦ページの多さ ⑧出てるモデル ⑨付録 ⑩その他（ ）

Q8 今月号の中で、アナタがカワイイと思った女のコは何ページのどのコ？ ふたり選んでネ！

P 名前 チャン

P 名前 チャン

Q9 今月号の中で、アナタがイチバン好きなコーディネートの女のコは誰？ 上下着ているものまでくわしく書いてネ！

名前 チャン

P | 着てるモノ

↑例："ココルルの白パーカー"など、できるだけくわしく書いてネ!

理由

Q10 今、気になっているファッションスタイルは？ 具体的に書いてネ！ （例：アメカジ、ボヘミアンなど）

Q11 ふだんよく買う雑誌はどれ？ （いくつマルをつけてもOK）

①Popteen ②egg ③Hana＊chu→ ④PopSister ⑤SEVENTEEN ⑥Fine ⑦BLENDA ⑧S-cawaii! ⑨nuts ⑩JELLY ⑪men's egg ⑫ViVi ⑬小悪魔ageha ⑭PINKY ⑮ラブベリー ⑯nicola ⑰その他（ ）

Q12 ほかの雑誌で最近、オモシロかった企画を教えて!

雑誌名

企画名

Q13 アナタがやってほしい企画、参加してみたい企画を教えて！

Q14 こんなのあったらいいなと思う雑誌を教えて！

Q15 どんなファッションの企画が読みたい？ 具体的に教えて！

Q16 「Ranzuki」以外の雑誌モデルでカワイイと思うコは？

雑誌名
モデル名 チャン

Q17 言われてショックだった言葉を教えて！ （以下、Q19まで「ギャルコミ！」に掲載）

Q18 気持ちをアゲるためにやることってある!? （例：好きな音楽を大音量で聴く！ など）

Q19 理想の男性ってどんな人？ おもいきり妄想して答えてね☆ （例：オラオラキャラなのに、私にだけチョー優しい人、マンガの主人公の○○みたいな人、など）

Q20 ふだんよく聴く音楽のジャンルは？ 次の中から選んでネ！

①J-POP ②トランス ③ヒップホップ ④レゲエ ⑤ロック ⑥ハウス ⑦その他（ ）

杂志迷 zazhimi.com

Q21 Ranzukiに足りないと思うもの、ズバリ何(笑)!? （あてはまるものにマルをつけて！）

①ファッションセンス ②かわいいモデル ③GALっぽい強さ ④ページ数 ⑤学校ネタ ⑥大人っぽさ ⑦メンズモデル企画 ⑧エッチ企画 ⑨その他（ ）

Q22 今月号の中で、アナタがイチバン好きな写真はどれだった？　何ページのどの写真か書いてネ！

P　　　　どの写真

Q23 どのR'sのどんなところが見たい？　具体的に教えて！（例：真面目そうなありちゃんの、変顔が見たい！　など）

Q24 学生のコに質問！　先生にナイショで学校に持っていっているものを教えて！

Q25 ダイエット成功者に質問！　なんで自分は成功したと思う？

Q26 ふろくで欲しいものってある？　具体的に教えて！

Q27 Ranzukiホムペ（http://ranzuki.com/）の意見・感想・不満を教えて！

Q28 今月の「Ranzuki」はオモシロかった？　意見、感想、不満を聞かせて！

希望プレゼントナンバーを書こう!

ご協力ありがとうございました。このアンケートは、今後Ranzuki編集部にて行う企画のための参考とさせていただきます。応募された方の個人情報を、本企画以外の目的に利用することはありませんので、住所・連絡先などは正確に書いてください。

P.148

Present
希望賞品No

同時に読者モデルも募集！

※ここから下は読者モデルに応募するコのみ記入してね！

「Ranzuki」では、ファッション・メイクの撮影や、スナップ撮影に参加したいと思っている女のコを募集してるよ。自薦・他薦は問いません！　このシートに写真を貼って、封筒に入れて送ってネ！　たくさんの女のコからの応募、待ってるよ！

自己PR　「Ranzuki」でやってみたいと思うことを書いてね。

蝴蝶网 hudie.com
杂志迷 zazhimi.com

携帯&パソコン 簡単オーダー!

extension 人毛100%

ハイクオリティー☆人毛100%エクステンション

http://www.bbroom.com

全国有名美容室でも使用

会員登録をするだけで(PC・携帯OK)ポイントがたまり、プレゼントやさらに安い値段で商品をGET出来るよ!
PCならその他エクステンションやアクセサリーetc.いろんな商品があるし携帯ならお得な情報もいっぱいだよ!

チップで取り付け! 簡単人毛100%エクステ4点セット

①チップ②ペンチ③ニードル④毛束のセットです。簡単に取り付けできるから、初心者でも大丈夫!「ちょっとエクステつけたいな」って時も便利なセット!(取り付けの説明書付き!)
毛束・チップなどの単品売りはHPでご紹介!

①チップ(80個入り) ②チップ用ペンチ(先曲げ) ③ニードル ④毛束(40束)

4点セットチップ用毛束(4点セットの毛束はチップに通しやすいようになっています。)

4点セット ¥2800 40束入 長さ約38cm ストレート
81385 #1 ブラック / 81386 #2 ナチュラルブラック / 81387 #4 ナチュラル / 81388 #30 オレンジ / 81383 #32 ナチュラル / 81393 #610 シルバーホワイト / 81390 #613 ホワイト

4点セット ¥3500 40束入 長さ約55cm ストレート
81397 #1 ブラック / 81398 #2 ナチュラルブラック / 81399 #4 ナチュラル / 81340 #29 アッシュオレンジ / 81343 #33 ピンクオレンジ / 81341 #30 オレンジ / 81342 #32 ナチュラル

4点セット ¥6000 80束入 長さ約55cm ストレート
81456 #2 ナチュラルブラック / 81457 #4 ナチュラル / 81458 #32 ナチュラル
お得な倍増! 80束入!

¥3000以上ご購入の方へ モデル使用のネックレスプレゼント!
¥3000以上お買い上げでBBオリジナルのネックレスをプレゼント!プレゼントは終了次第変わります。詳しくはHPをご覧下さい。

human extension 3コーム付き幅広(17cm)人毛スソエクステ

スソエクステで簡単にロングスタイルGET! 人毛だからカールアイロンでウェーブもOK☆
¥2625 幅約17cm 長さ約50cm えりあし全体カバータイプ
80970 #1 ブラック / 80971 #2 ナチュラルブラック / 80972 #4 ナチュラル / 80973 #30 オレンジ / 80974 #32 ナチュラル

human extension 人毛100%スソエクステ3点セット

高品質HHハイクオリティー
¥6980
80853 #1 ブラック / 80854 #2 ナチュラルブラック / 80855 #4 ナチュラル / 80858 #32 ナチュラル / 80857 #30 オレンジ
幅約17cm 約55cm 約30g / 幅約8cm 約55cm 約14g
17cm幅のエクステをえりあしに、8cm幅を両サイドに使えば簡単にロングヘアができちゃう!

human extension ハイクオリティー★人毛100%

エクステの価格は毛質、長さ、重さで違います。美容室使用の高品質毛束で80束とれます。
¥8800 長さ約55cm 重さ約120g
81010 #1 ブラック / 81009 #2 ナチュラルブラック / 81008 #4 ナチュラル / 81006 #32 ナチュラル / 81004 #30 オレンジ / 81002 #29 アッシュオレンジ

増量毛束のロングタイプ! 友達と分け合ってもOK! 高品質のエクステをゲットできる!!
¥9900 長さ約70cm 重さ約120g
81030 #1 ブラック / 81029 #2 ナチュラルブラック / 81028 #4 ナチュラル / 81026 #32 ナチュラル / 81024 #30 オレンジ / 81021 #27/30 ゴールドオレンジ
★おもわずさわりたくなる髪へ★

fiber extension BB耐熱ファイバースソエクステ

★楽ちん!コーム3個付
~~¥2980~~ ¥1480 幅35cm 長さ60cm 仕上がり48cm 耐熱温度180℃
80471 #2 ナチュラルブラック / 80472 #4 ナチュラル / 80473 #30T ナチュラル&オレンジMIX / 80469 #128 マロンブラウン / 80470 #27 ゴールド
★コテ・アイロンでアレンジOK

fiber extension BB耐熱ファイバースソエクステ2本セット

★楽ちん!コーム2個付 ストレート ¥1680 横幅約10cm 長さ約45cm
80476 #2 ナチュラルブラック / 80477 #4 ナチュラル / 80478 #30T ナチュラル&オレンジMIX

★楽ちん!コーム2個付 ウェーブ ¥1680 横幅約10cm 仕上長さ約50cm
80481 #2 ナチュラルブラック / 80482 #4 ナチュラル / 80484 #30T ナチュラル&オレンジMIX
★コテ・アイロンでアレンジOK

fiber extension BB耐熱ファイバーワンタッチエクステ4本セット

★楽ちんコーム1個付き ¥980 横幅約3.5cm 長さ約45cm
80486 #2 ナチュラルブラック / 80487 #4 ナチュラル / 80488 #30T ナチュラル&オレンジMIX
★ボリューム【メガ級】

★楽ちんコーム1個付き ¥980 横幅約3.5cm 仕上長さ約43cm
80490 #2 ナチュラルブラック / 80491 #4 ナチュラル / 80492 #30T ナチュラル&オレンジMIX
★ボリューム【メガ級】

human wig 人毛100%フルウィッグ

人毛100%だから、自然な着け心地。自分好みにコテやアイロンでアレンジOK。
¥12800 長さ50cm 前髪の長さ約16cm
80834 #2 ナチュラルブラック / 80835 #4 ナチュラル / 80836 #32 ナチュラル
¥12800 長さ55cm 前髪の長さ約14cm
80647 #2 ナチュラルブラック / 80648 #4 ナチュラル / 80649 #32 ナチュラル
※人工頭皮はついていません。

fiber wig 耐熱ファイバースーパーロング

ウェーブ ~~¥9990~~ ¥4990 長さ約70cm(仕上げ65cm)
80348 #2 ナチュラルブラック / 80349 #4 ナチュラル / 80350 #30T ナチュラル&オレンジMIX
ストレート ~~¥9990~~ ¥4990 長さ約70cm
80353 #2 ナチュラルブラック / 80354 #4 ナチュラル / 80355 #30T ナチュラル&オレンジMIX

fiber wig BBファイバーフルウィッグ

Before / After
長さ約55cm BBファイバーウェーブ ~~¥5980~~ ¥2980
80565 #2 ナチュラルブラック / 80566 #4 ナチュラル / 80567 #30T ナチュラル&オレンジMIX
長さ約55cm BBファイバーストレート ~~¥5980~~ ¥2980
80560 #2 ナチュラルブラック / 80561 #4 ナチュラル / 80562 #30T

ヘアーアイロン

エクステをさらさらにするエクステケアの必需品☆もちろん地毛にも使えます。幅広で高温設定が可能なプロ仕様! 7段階の温度調節が可能です。
Sサイズ ¥2800
カールアイロン ¥4990
80769
★キャンペーンの有効期限は10月末日まで

エクステをお買い上げの方には取り付け方法etc.情報満載の取り扱い説明書をプレゼント!

Tokyo Shibuya MTY Co., Ltd.
●商品お届けは2~5日。●このご注文の場合、代金引換となります。●返品は商品到着後8日以内。
〒150-0001 東京都渋谷区神宮前6-23-6 TEL03-3486-5637 電話受付:9:00~17:00 土日祝休み

Hitomi Color
ナチュラル
度なしOK!
ワンデイから
1年使用まで
有名モデルズもみ〜んな愛用♪
目ヂカラ
3倍増し
ギャルはみんな使ってる
ヒトミカラーのカラーコンタクトで
ミラクルなデカ目を実現!
今やギャルズメイクに欠かせないのがカラコン☆ 自分スタイルに合わせて選べるヒトミカラーのカラコンなら、今すぐ超かわデカ目に大変身!!
タイプに合わせて選べるシリーズはカラーバリエも大充実!!
超かわデカ目を目指すなら!
ウルトラマックスサイズシリーズ
すべてのメーカーで最大級の大きさを誇るこちらの大人気シリーズは、
なんと18カラーから選べて、パーフェクトなデカ目をゲット!!
BEFORE
AFTER
ブラウンブラック
Model
遠藤昌美チャン
ウルトラマックスサイズ・
ブラウンブラック使用
1年間使用・2枚入り ¥6,800 (税込)
全部でなんと18カラー
超かわデカ目サイズ
ブラック
ブラウンブラック
グレーブラック
ブラックサークル
ブラウンサークル
ドールブラック
ドールブラウン
ナチュラルグレー
ナチュラルブラウン
ブラウン
スーペリブラック
スーペリブラウン
ブレンドヘーゼル
ブレンドブラウン
ブレンドグレー
ブレンドブルー
ブレンドバイオレット
ブレンドグリーン
セクシーな目もとでエロカワeyeに
クリスタルアイシリーズ
色バリエが豊富のカラコンは、発色もとっても鮮やか!
誰もがセクシーアイになれるシリーズです☆
BEFORE
AFTER
ブルー
Model
大串知江チャン
クリスタルアイ・
ブルー使用
3ヶ月使用・2枚入り ¥2,490 (税込)
全部で7カラー
ブラック
ブラックライン
ブラウン
グレー
ブルー
バイオレット
グリーン
瞳の輝きを倍増するナチュラルタイプ
ブリリアントカラーシリーズ
BEFORE
AFTER
グレー
Model
許斐理沙チャン
ブリリアントカラー・
グレー使用
6ヶ月使用・2枚入り
¥2,350 (税込)
全部で3カラー
フチありのベーシックカラーが
そろうこのシリーズは、
ナチュラルに目ヂカラを
強調したい人に
オススメのシリーズです!
ブラック
ブラウン
グレー
グラデーションカラーでパワーを強調!
カラービューシリーズ
全部で5カラー
カラー入りのフチありレンズでナチュラル&鮮やかな
カラーアイを実現。モデルにも人気!
6ヶ月使用・2枚入り
〈度ナシ¥3,600〉
(税込)
〈度アリ¥7,560〉
(税込)
ヘーゼル
グレー
ブルー
バイオレット
グリーン
ワンデイだからカラコン初心者も安心★
ワンデーカラーシリーズ
全部で4カラー
1日使い捨てタイプで
毎日フレッシュなつけ心地?
たまにカラコンを使いたい人はコレ!
1日使い捨て・8枚入り
¥1,890 (税込)
ブラウン
グレー
ブルー
グリーン
ワンデーサークルシリーズ
瞳の輪郭を強調したい人に
おすすめなベーシックなカラコンは、
自然になじむ人気タイプ!
全部で2カラー
ブラック
ご注文・お問い合わせ 詳しくはホームページをご覧下さい。
http://www.hitomi-color.com
空メールはこちら a@hitomi-color.com
webmaster@hitomi-color.com
ケータイからもOK!
ヒトミカラー 〒576-8065大阪府東大阪市池島町4-2-43

次号予告 9月23日(水)発売!! Ranzuki 12月号

※内容は一部変更になる場合がございます。ご了承ください。

みんながホントに支持してるものだけ紹介♪

何が流行ってる!? どう着てる!?

みんなそれぞれ自分色持ってます☆
色でマネするR'sコーデ

冬の主役アイテムは予習が重要!!
金額別アウター探し

少ないアイテムを多く見せるには髪型が重要!
ヘアアレンジつき★着回しカレンダー

成功者だけ集合☆
ダイエット勝ち組、成功のセオリー!!

CAUTION
最近Ranzukiの名を勝手にかたって、モデルの勧誘をするニセ編集部員が出没しています。Ranzuki編集部では、モデルの勧誘は編集部員が直接しており、モデルをお願いするときには、必ずRanzuki編集部の名刺をお渡ししています。「アヤしいな」と思ったら、必ず名刺の提示を求め、編集部(☎03-3222-3694)までご連絡ください!

蝴蝶网 nudie.com

SHOP LIST

商品について気になるコトがあったら、ショップに問い合わせてみてネ!
質問の例を下にあげてみたから、参考にして☆

1 電話番号は間違えないように!
2 電話の対応はていねいに!
3 忘れないようにメモを取ろう!

あ

R&E渋谷109店
☎03-3477-5016
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 B1F

アサヒ飲料 お客様相談室
0120-328-124
東京都墨田区吾妻橋1-23-1

味の素株式会社 お客様相談センター
0120-16-0505
東京都中央区京橋1-15-1

アナ スイ コスメティックス
0120-735-559
東京都中央区銀座1-7-10

アルブム
☎03-5117-2711
東京都港区北青山3-5-10 ワールド青山ビル3F

ヴァイブランドスパークル
☎03-3780-1601
東京都渋谷区円山町5-18 道玄坂スクエア806

ヴァレンタインハイ渋谷109店
☎03-5459-4427
東京都渋谷区道玄坂2-20-1 B2F

ヴァンス渋谷109店
☎03-3477-5019
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 B1F

WEGO原宿本店
☎03-3400-7625
東京都渋谷区神宮前6-5-3 イベリアビル1F・2F

ヴー渋谷109店
☎03-3477-5020
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 B1F

ヴェント・インターナショナル カスタマーセンター(トゥララ、リズリサ、リズリサ トゥインクル、リズリサ ドール)
0120-819-251
東京都渋谷区宇田川町36-1 ナビ渋谷第三ビル

江崎グリコお客様相談センター
0120-917-111

SBY 渋谷109店 (minimy)
☎03-3477-5163
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 8F

SBY Happy Room心斎橋OPA店
☎06-6282-8036
大阪府大阪市中央区西心斎橋1-4-3 心斎橋OPA6F

エスペランサ渋谷109店
☎03-3477-5078
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 B1F

エル・チャンス渋谷109店
☎03-3477-5074
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 6F

オフトレーベル DECKSお台場
☎03-3599-1866
東京都港区台場1丁目6-1 デックス東京ビーチ3F

か

キユーピーお客様相談室
0120-14-1122
東京都調布市仙川町2-5

ギルドコーポレーション (GILFY)
☎03-3477-5192
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 7F

ギルドコーポレーション (バックス)
☎03-3477-5086
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 7F

靴下屋代官山店
☎03-5784-4844
東京都渋谷区猿楽町24-2

クラシエフーズ株式会社 お客様相談室17時
0120-20-2903

GLAD NEWS渋谷109店
☎03-3477-5063
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 7F

グランドエッジ渋谷109店
☎03-3477-5081
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 B1F

クリックス渋谷109店
☎03-3477-5028
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 2F

神戸RANDA原宿店 (ジェラル、ランダ)
☎03-3479-5103
東京都渋谷区神宮前1-20-7 ハッピーハーツ2F

コージー本舗
☎03-3842-0226
東京都台東区松が谷2-26-1

ココルル
☎03-3221-8255
東京都千代田区三番町一番地 KY三番町ビル1F

コノミ原宿店 (ビバリーヒルズ ポロクラブ、ロコネイル、エーアールコノミ)
☎03-6273-0225
東京都渋谷区神宮前1-19-2 ミノワビル1F

コンバースインフォメーションセンター
0120-819217
大阪府大阪市北区西天満5-8-8 VEGA Ⅶ 高橋ビル別館

さ

サルース新宿マルイカレン店 (サルース、ラグジーガール)
0120-702-060
東京都新宿区新宿3-18-1 新宿マルイカレン6F

サンキューマート原宿2号店
☎03-3796-5691
東京都渋谷区神宮前1-8-8 COXY188 6F

サントリーお客様センター
0120-139-320

ジェイアイマックス
☎03-5728-8344
東京都渋谷区円山町28-1 トウセン道玄坂第2ビル5F

JSG梅田EST店
☎06-6375-8055
大阪府大阪市北区角田町3-25 梅田EST1F

J-マクリー センター街店
☎03-3463-0321
東京都渋谷区宇田川町30-2 ケセットハウス 2F

渋谷フロンティア
☎03-3464-4579
東京都渋谷区神南1-16-3 1F

シャルマン渋谷109店
☎03-3477-5135
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 7F

シュウ ウエムラ
☎03-6911-8560
東京都新宿区西新宿3-7-1

ジュリアーノジュリ
☎03-5728-8346
東京都渋谷区円山町28-1 トウセン道玄坂第2ビル5F

ジョリー&ディー原宿3号店
☎03-3478-0075
東京都渋谷区神宮前1-20-8 柴崎ビル2F

SWIMMER プレスルーム
☎03-3408-7178
東京都渋谷区千駄ヶ谷3-3-8 第5スカイビル2F

スクールグッズKURI-ORI
0120-132-275
東京都墨田区東向島2-24-22

スニープ ディップ渋谷109店
☎03-3477-5026
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 B1F

スプレイ渋谷109店
☎03-3477-5171
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 4F

せーの (ヴァンキッシュ)
☎03-5771-3813
東京都渋谷区神宮前2-7-7 JIKビル3F

セシルマクビー営業本部
0120-628-668
東京都渋谷区神南1-6-6 オザワビル4F

た

d.i.a. SPEC
☎03-3460-7991 (通販不可)
東京都渋谷区松濤1-1-3 松濤栄光ビル1F

大中 原宿店
☎050-8601-1311
東京都渋谷区神宮前1-17-1 ル・コンテ原宿内

たからや渋谷109店
☎03-3477-5017
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 B1F

タビオ (靴下屋、mighty soxer)
☎03-3462-2020
東京都渋谷区桜丘町2-9 第一カスヤビル5F

w♥cヘッドオフィス
☎03-5456-6033
東京都渋谷区神南1-14-5 3F

チャコット
☎03-3476-1311
東京都渋谷区神南1-20-8

チャティー ~アロマ~ プレスルーム
☎03-5414-6157
東京都渋谷区千駄ヶ谷1-8-14 1F

ディズニーストア渋谷公園通り店
☎03-3461-3932
東京都渋谷区宇田川町20-15 ヒューマックスパビリオン1-3F

デイライル プレスルーム
☎03-5452-3309
東京都渋谷区宇田川町37-12 カザマビル2F

テリー1号店
☎03-3402-6732
東京都渋谷区神宮前1-16-6 原宿77ビル1F

テリー2号店
☎03-5412-0727
東京都渋谷区神宮前1-19-5

な

ナバーナ渋谷109店
☎03-3477-5182
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 B2F

日清食品ホールディングス株式会社
☎03-3205-5252

日本ルナ株式会社 お客様相談室
☎075-982-0740
京都府八幡市上津屋西久保106番地

日本コカ・コーラ
0120-308509

は

パナマボーイ原宿本店
☎03-3402-2425
東京都渋谷区神宮前1-16-6

原宿シカゴ表参道店
☎03-3409-5017
東京都渋谷区神宮前6-31-21 オリンピアアネックスビルB1F

原宿シカゴ神宮前店
☎03-5414-5107
東京都渋谷区神宮前4-26-26 第一谷村ビル

パリスキッズ原宿店
☎03-3423-3251
東京都渋谷区神宮前1-19-8 原宿ファミリービル1F

ハルタ販売
☎03-3874-3317
東京都台東区浅草7-2-3

B&Cラボラトリーズ
☎03-5462-1762
東京都品川区東品川2-2-4 天王洲ファーストタワー26F

ピンク ラテ
☎03-5117-2711
東京都港区北青山3-5-10

フィッツコーポレーション
☎03-5772-1014
東京都渋谷区神宮前1-11-11グリーンファンタジアビル7F

フラッグ-J渋谷109店
☎03-3477-5052
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 2F

BLUE MOON BLUE渋谷109店
☎03-3477-5122
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 B1F

ブルジョワ
0120-791-017
千葉県船橋市山手1-1-5 船橋コーポレートオペレーションズセンター3F

プレボワ (ワンウェイ)
☎03-5474-1211
東京都渋谷区千駄ヶ谷3-53-3

ヘッドスター プレスルーム
☎03-3499-3047
東京都渋谷区東2-16-10 7F

ボーテ ダンセ渋谷109店
☎03-3477-5129
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 3F

ボニータ渋谷109-②店
☎03-3477-8049
東京都渋谷区神南1-23-10 3F

ボビイ ブラウン
☎03-5251-3485
東京都千代田区永田町2-11-1 山王パークタワー21F

ま

マルハニチロお客様相談室
0120-040826
東京都千代田区大手町1-1-2

ミツマルヘブンアンドアース渋谷109店
☎03-3477-5036
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 1F

明星食品株式会社 お客様サービス室
☎03-3470-1311

milsaプレスルーム
☎03-3499-3047
東京都渋谷区東2-16-10 7F

ムラキ
0120-502-881
大阪府大阪市中央区博労町1-2-10

M·A·C (メイクアップ アート コスメティック
☎03-5251-3541
東京都千代田区永田町2-11-1 山王パークタワー2

メイベリン ニューヨーク
☎03-6911-8585
東京都新宿区西新宿3-7-1 新宿パークタワー

メインフォード インベストメント (チア
☎03-3780-0821
東京都渋谷区恵比寿西1-2-1 エビスマンション2Fプレスル

森永製菓株式会社 お客様相談室
0120-560-162

森永乳業株式会社 お客さま相談室
0120-369-744

や

雪印乳業株式会社 お客様センター
0120-369-114
東京都新宿区本塩町13番地

ユニバースフーズ株式会社 お客様相談
☎0978-66-7558
大分県国東市武蔵町糸原市場1200-1

よつばテーラー (キャンディーシュガー
☎03-5625-8366
http://www.candysugar.com

ら

ラヴァップ渋谷109店
☎03-3477-5175
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 6F

リップサービス
☎03-6824-9130
東京都渋谷区円山町28-1 トウセン道玄坂第2ビ

リバイブ渋谷109店
☎03-3477-5089
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 6F

リルマーヴプレスルーム
☎03-5919-1323
東京都渋谷区千駄ヶ谷5-15-2 市嶋第4ビル

レイヴロッサ クラリティ プレスルーム
☎03-5452-3309
東京都渋谷区宇田川町37-12 カザマビル2F

ロッテ お客様相談室
0120-302-300
東京都新宿区西新宿3-20-1

わ

ワールドコンクエスト (バススパンキー、バブ
☎03-5457-3009
東京都渋谷区神南1-9-2 大畠ビル3F

杂志迷 zazhimi.com

今月号に掲載されている商品はお問い合わせは上記まで! ※社名・店名のと入っているのは、ブランド名です。

R'sへんしゅーこーき♥

ゆみにゃん
今月号は他の仕事が忙しくてあんまり出れなかった……。残念！ でも大好きなDEEPに会えてうれしかった☆

たぁ
夏が終わっちゃうのはさみしいけど、秋は秋で好き♥ 「食欲の秋」だけになってしまわないように、気をつけます！

すず
今月号の表紙は、いつものあやとは一味違った一枚に仕上がりました☆ 撮影もすっごい楽しかったよ♪

せりぃ
ゆみサン、誕生日おめでとうございます！ ハタチになっても、これまでと変わらずず〜っと仲良くしてください♥

なみティ
韓国に旅行に行ったんだけど、まさかの地震直撃！ 幸い私はケガはなかったし、楽しかったけど、すっごい怖かった〜！

よっさん
ゆみと一緒に、DEEPと対談＆撮影してきました☆ すごい感動！ でも緊張しすぎちゃって、心臓止まるかと思った！ 笑

ゆーゆ
初めて一人でファッションページをやれて、超感激！ モノトーンコーデの参考にしてくれたらうれしいな☆

ニコるん
渋谷109のリップサービスで、SHOP店員のバイトを始めたよ☆ みんなニコルに会いに、お店に来てね〜!!

りかちゅう
撮影で幼稚園に行ってきた☆ 今までちっちゃい子はちょっぴり苦手だったけど、この撮影で好きになった〜！

ありちゃん
今月号は自分的にあんまり撮れず、ちょっぴりサゲでした……。でも来月からは満足できるよう、がんばります！

なつぅみ
ポージングもたくさん教えてもらったし、デクも倒したし、変顔も覚えたし超レベルアップ！ な一カ月でした☆

レレ
引っ越ししました〜☆ 転居先はドンキとか近くにあっていい感じ♪ 新しい生活に、ワクワクです☆

ゆみにゃん誕生日オメデトウ!!

8月に誕生日を迎えたゆみにゃんと、先月号でRanzukiを卒業したみほをお祝いしようと、編集部がパーティーを開きました〜！

せりぃ＆なみティも忙しい中参加したよ！

今はJELLYで活躍中のみほも……って、ちょっ！ 何してんの!?

ゆみにゃんはハタチ。さすが貫禄たっぷりな飲みっぷりですよ。

新R'sの三人衆もキャッキャいってすっかりなじんでます。

R's癒し♥た〜いむ♥

ストレス渦巻く現代社会。みんな癒しが欲しいんです。ということでR'sの癒しタイムを紹介しちゃうから、一緒に癒されちゃって☆

ワンちゃんと一緒にハイチーズ！ これはまさしく萌え〜ですなぁ。

たくさんのファンレターに大感激のなつぅみ。「ありがと〜！」

お姉さんオーラ出まくりのありちゃんは子供達にも大人気〜♪

りかちゅうナイッシュー！ もちろん「左手はそえるだけ」でした。

見よ！ このまったり顔を。撮影現場でもこの余裕……圧倒的!!

月刊少年ウラんずき Ranzuki Busters

モデル＆スタッフのステキにおバカなウラ側を公開!!

ウラんずき Ranzuki

大流行のインフルエンザも裸足で逃げ出すスーパーギャルズ、R's軍団！ 今月号も幼稚園行きーの、軍服着てーの、パーティーしてーの、大暴れ！ おぉっとそろそろ開幕の時間だ！ 準備はいいか野郎ども！ イッツ・ア・ショウタ〜イム！ ウラんずき〜！

編集後記

配給 — はじめの一歩は↓でした
そしてついに最後の編集後記。R's、スタッフ、編集部のみなさん本当にお世話になりました!!

カワムー — 09夏は天使の歌声と
思い出をイパイ作った。北海道とうきびキャンプ＆主役不在誕生会♪ いーだろ島P!!

シュガー — 遊びたい虫クン撃退！
今月は遊びたい虫クンがザワザワして進行マジヤバでした。連休にやってくる可愛い虫です♥

ひらりー — ええ、「独裁者」ですから
シュガーと共同で使ってる棚、私が完全占拠しました。佐藤、私は根に持つタイプだからね。フフ

かせっち — えらいやっちゃ
休日調子こいてBBQしてたら炭が爆ぜてまさかの眼球直撃。みなさまもお気をつけて〜。

デク — コミックマーケットに
行きました。モンハンの同人買いました。同人って何かって？ ……ンフ。ンフフフフ(略

エリツィン — 最高の日でした♥
涙アリ、笑いアリのみほチャン送別会とゆみチャンバースデー☆ 2人ともおめでとう!!

はにわ — まっきー、やりやがったな!?
親愛なるまっこ、おめでとう。新しいステキな家族に囲まれるまっこを見てうれしかった！

ジョニー — 今年の夏はテレビ観戦
応援団が「雨上がりの夜空に」や「スパルタンX」を演奏してるのを聴いてグッときた夏休み。

テルさん — また歳を重ねたわけです
ひたちなかだ石狩湾だって言ってる間に夏が終わりました。祝っていただいた皆様ありがとう！

ウェッティー — オレを助けて!!
私もふくめ、会社でカゼが大流行！ セキが止まらないため、眠られない夜が続きます……。

今月のウラ表紙

撮影／デク
モデル／なつぅみ

……ッッ！ あまりの衝撃に声を忘れておりました。今回の裏表紙は新R'sから大抜擢！ なつぅみなんですが……。テニスラケットを使ってのこの変顔の完成度といったらもう……。末恐ろしい御子でございます！ （汗）

STAFF
PUBLISHER 大島雄司
EDITOR IN CHIEF 加瀬弘忠
VICE-EDITOR IN CHIEF 荒平真由子
EDITORS 佐藤弘和 河村明子 細馬香織 上田武司 川村照枝
ASSISTANT EDITORS 中台将貴 表花真理子 福田惠理 猿山裕介
DESIGNERS ma-h gra 高安晶子

(株)ぶんか社
〒102-8405 東京都千代田区一番町29-6
編集部 ☎03-3222-3694 広告部 ☎03-3222-…
出版営業 ☎03-…5115 www.bunkasha.co.jp
印刷 図書印刷株式会社 ©BUNKASHA 2009

本誌の全部または一部を無断で複写複製（コピー）することは著作権法上での例外を除き、禁じられています。

zazhimi.com

すずが胸キュン！
ワル系男子との恋はちょー甘い!?
マフィアと恋するケータイゲーム登場！
VOLTAGE
公式恋愛ゲーム
カッコイイけどこわいかも・・・
困ってる人を放っておけるかよ！
実は正義の味方？
少しだけ、甘えてもいいかな・・・
こんな素顔も見せるんだ♥
他にも、ワル系男子がいっぱい♪
すずは俺が守る！
俺のモノになれよ
すずがいないと、つまんねーよ
マフィアな♥ダーリン
憧れの高校に通うため、祖父の家に引っ越すアナタを迎えに来たのは、キケンな雰囲気の男達。なぜかアナタを慕う彼らの正体は…祖父に仕えるマフィアだった!!
刺激いっぱいの同居生活になりそう…☆
今すぐアクセス！
http://adag.jp/mar

特別定価490円 本体467円
©Bunkasha2009 Printed in Japan
雑誌19105-11 印刷 図書印刷株式会社

4910191051193
00467